



**“CUANDO EL JUEGO SE
CONVIERTE EN
PROBLEMA”**

**FUNDACIÓN DE ATENCIÓN
A LAS ADICCIONES EN
TUDELA Y LA RIBERA**

ADICCIÓN



- Enfermedad física y psico-emocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación.
- Se caracteriza por un conjunto de signos y síntomas, en los que se involucran factores biológicos, genéticos, psicológicos y sociales.



ADICCIONES COMPORTAMENTALES



- Los síntomas principales de una adicción conductual son:
- - Intenso deseo, ansia o necesidad imparable de concretar la actividad placentera.
- - Pérdida progresiva del control sobre la misma, hasta llegar al descontrol.
- - Descuido de las actividades habituales previas, tanto las familiares, como las académicas, laborales o de tiempo libre.
- - Estas consecuencias negativas suelen ser advertidas por personas allegadas que se lo comunican al adicto, quien, a pesar de ello, no detiene la actividad y se pone a la defensiva, negando el problema que padece.
- - Progresiva focalización de las relaciones, actividades e intereses en torno a la adicción, con descuido o abandono de los intereses y relaciones previos, ajenos a la conducta adictiva.
- - Irritabilidad y malestar ante la imposibilidad de concretar el patrón o secuencia adictiva (abstinencia) e imposibilidad de dejar de hacerlo, pasado un corto período.



JUEGO PATOLÓGICO

- OMS “Trastorno caracterizado por la presencia de frecuentes y reiterados episodios de participación de juego de apuestas y/o azar que dañan los intereses del individuo con dificultad para controlar impulsos de jugar.



JUEGO PATOLÓGICO 312.31 (F63.0)

- Juego patológico problemático persistente y recurrente, que provoca un deterioro o malestar clínicamente significativo y se manifiesta porque el individuo presenta cuatro (o más) de los siguientes criterios durante un periodo de 12 meses:
- A menudo tiene la mente ocupada en las apuestas (p. ej. Reviviendo continuamente con la imaginación experiencias de apuestas pasadas, condicionando o planificando su próxima apuesta, pensando en formas de conseguir dinero para apostar).
- Necesidad de jugar con cantidades crecientes de dinero para conseguir el grado de excitación deseado.
- Fracaso repetido de los esfuerzos para controlar, interrumpir o detener el juego.



JUEGO PATOLÓGICO



- Inquietud o irritabilidad cuando intenta interrumpir o detener el juego.
- Utilización del juego como vía de escape de los problemas o de alivio del malestar emocional.
- Intentos repetidos de recuperar el dinero perdido.
- Se engaña a los miembros de la familia, terapeutas u otras personas para ocultar el grado de implicación con el juego.
- Se han arriesgado o perdido relaciones interpersonales significativas, trabajo y oportunidades educativas o profesionales debido al juego.
- Apoyo económico reiterado por parte de la familia y de los amigos.



FASES DEL JUEGO



○ FASE DE GANANCIAS

- Juego casual. Inversiones € pequeñas y ganancias grandes. Ilusión de control. Objetivo: lúdico.

○ FASE DE PÉRDIDAS

- Aumenta dedicación al juego. Menos social y más solitario. Aparición de deudas, mentiras, problemas familiares, culpa, etc. Objetivo: evitación malestar.

○ FASE DE DESESPERACIÓN

- Cantidad € y tiempo invertido aumentan. Cada vez menos placer y más por aliviar. Sintomatología ansiosa.

○ FASE DE DESESPERANZA O ABANDONO

- Continúa la conducta con consciencia de la dificultad de frenarla. Juego hasta el agotamiento. Aumento problemas en todas las áreas.



PERFIL JUGADORES



PERFIL JUGADORES



- Diferencias de la mayoría de los pacientes que acuden en busca de ayuda psicológica:
- No reconoce que tengan un problema. En realidad están convencidos de que pueden controlar su conducta.
- No suelen acudir voluntariamente a tratamiento, sino habitualmente presionados por sus familiares, amigos, o algunas otras instancias sociales.
- El autoengaño, como estrategia de afrontamiento de su realidad, en especial del rechazo familiar social.
- Cuando acuden en busca de ayuda suele haber ya un deterioro importante en su entorno social.



EL PERFIL DEL JUGADOR PATOLÓGICO.

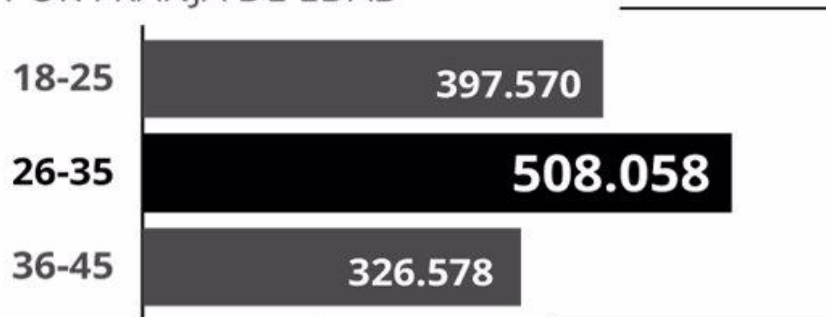
- Varón que practica el juego de forma individual
- Ingresos mensuales entre 601 y 1.500 euros
- Edad situada en dos franjas: 25-34 y 55-64 años.
- Aproximadamente 8 de cada 10 son conscientes de su situación.
- Además, la edad promedio de inicio en el juego se sitúa en los 19 años, siendo las “máquinas de juego” la opción de iniciación en esta actividad.



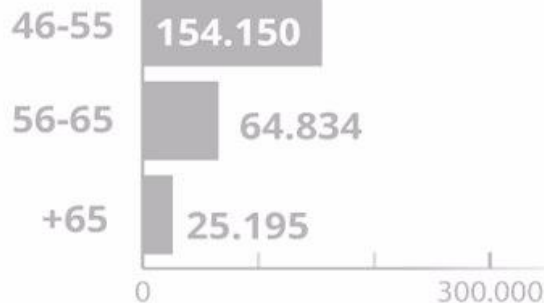
PERFIL JUGADOR ONLINE

¿Cómo es el perfil de los que apuestan o juegan 'online' en España?

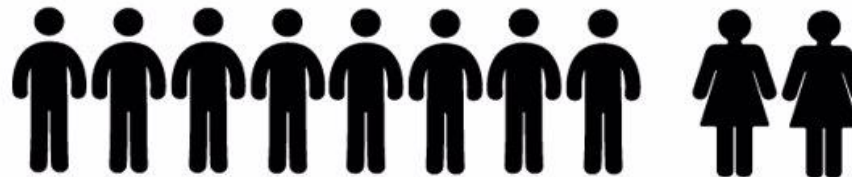
POR FRANJA DE EDAD



El 83% de los jugadores se encuentran en torno a los 18 y los 45 años



DE CADA 10...



8 SON HOMBRES
(1.476.385)

2 SON MUJERES
(247.291)



PERFIL JUGADOR ONLINE 2020

- Número de jugadores activos es de 1.481.727.
- Supone un crecimiento anual del 8,36%.
- El 82,33% de los jugadores son hombres, el 17,67% mujeres.
- El 83,68% de los jugadores activos tiene una edad comprendida entre 18 y 45 años.
- La modalidad online se ha convertido en la principal vía de ludopatía entre la población menor de 26 años.
- Gasto medio anual por jugador en 2020 es de 533 euros.
- El gasto neto medio de los hombres fue de 574 euros al año y el de las mujeres de 343 euros.
- Mayor gasto de 36 a 45 años con 802 euros.



JUEGO Y GÉNERO



	HOMBRES	MUJERES
¿Por qué y para qué?	Por emoción	Evasión realidad
Tolerancia social	Alta	Baja. Rechazo
Prevalencia	70%	30% (solo 10-15% solicita tratamiento)
Acompañamiento durante tratamiento	82% tiene apoyo (mayormente femenino)	Entorno poco colaborador. Consecuencias socio familiares más graves
Estado civil (J. problema)	Casados o con pareja	Solteras
Estado civil (J. patológico)	Casados o con pareja	Casadas



JUEGO Y GÉNERO

	HOMBRES	MUJERES
Nivel de estudios	Bajo nivel educativo	Bajo nivel educativo
Situación laboral	Activos pero trabajos poco cualificados	80% amas de casa
Edad de inicio	Entre 11 y 14 años	Entre 30 y 40 años
Tiempo desarrollo patología	11 años	4 años
Tipos de juego	Activos e inmediatos (tragaperras) Estrategia/competición (cartas, póker, etc.)	Pasivos (no inmediato) (loterías, cupones, etc.) Bingos Juegos solitarios



TIPOS DE JUEGO

- **JUEGOS DE AZAR (Y CON DINERO)**
 - **Concursos** (televisión, radio, etc.)
 - **Ruletas** (presencial y online)
 - **Apuestas deportivas** (online o reta)
 - **Bingo** (presencial y online)
 - **Juegos de cartas** como poker, blackjack etc. (presencial y online)
 - **Tragaperras** (presencial y online)
 - **Quinielas**
 - **Loterías instantáneas** (rascas once)
 - **Primitiva y lotería** (bonoloto, eurojackpot, etc)



TIPOS DE JUGADORES

JUGADOR SOCIAL

Juega por placer y control



JUGADOR PROFESIONAL

Juego como medio de vida

Visión clara coste/beneficio

Objetivo: Ganar dinero



JUGADOR PROBLEMA

Juego por placer pero sin control

Consecuencias negativas pero salvables



JUGADOR PATOLÓGICO

Dependencia emocional

Pérdida de control

Juego interfiere significativamente en la vida

FACTORES ASOCIADOS A LOS PROBLEMAS DE JUEGO



FACTORES PREDISPONENTES



- La herencia genética, que crea propensiones biológicas.
- Una cultura que considera el juego una práctica aceptable y que lo promueva a través de la publicidad o ciertas tradiciones (intercambio de décimos).
- Valores sociales que hacen que ganar dinero fácil, sin importar cómo, sea la forma dominante de expresar el éxito personal y social.
- El tratamiento sesgado que los medios de comunicación y la publicidad hacen (noticias sobre cuantiosos premios, imágenes de personas felices).



FACTORES ANTECEDENTES INMEDIATOS

- El carácter legal del juego.
- Amplia oferta de opciones de juego y la accesibilidad a la misma.
- La presión social del entorno social próximo (hacer porras, echar quiniela en grupo).
- Evasión de los problemas.



La Quiniela



FACTORES QUE FAVORECEN LA CONTINUIDAD DEL JUEGO

- Refuerzo positivo de la conducta (premios).
- El uso de estímulos condicionados (música, sonidos).
- El refuerzo negativo (alivio).
- Sesgos informativos respecto del juego (ilusión de control, supersticiones).





FACTORES INDIVIDUALES

- Ciertos rasgos de la personalidad de la persona, como la impulsividad o la vulnerabilidad emocional.
- La presencia de antecedentes familiares de problemas con el juego.
- Tener una situación vital estresante.
- Traumas y eventos vitales: haber sido objeto de abusos, haber experimentado recientemente una alteración relevante de su vida (pérdida de trabajo, divorcio, muerte de algún familiar o ser querido, etc.).
- Presencia de problemas de salud mental y/o de otras adicciones.
- Mantener creencias erróneas acerca del juego y de las probabilidades de ganar.
- Vincular la autoestima a las ganancias o las pérdidas en el juego.



FACTORES DEMOGRÁFICOS Y SOCIOECONÓMICOS



- Ser hombre (se asocia con un mayor riesgo de problemas de juego).
- Ser joven (las tasas de problemas de juego disminuyen con la edad, siendo más las tasas, y más altas, de problemas de juego en los adolescentes que en los adultos).
- Bajo nivel educativo.
- Bajo estatus socioeconómico.



FACTORES FAMILIARES Y DEL HOGAR

- Tener antecedentes familiares de enfermedad mental, abuso de sustancias o problemas de juego.
- Actitudes positivas hacia el juego por parte de los padres.
- Estar separados o divorciados.
- Inadecuados o inexistentes canales de comunicación.
- Inadecuada disciplina, inconsciente o incluso excesivamente permisiva.
- Rupturas con cualquier miembro de la familia.



FACTORES SOCIALES

- Aislamiento social y soledad.
- Actitudes positivas del grupo de amigos hacia el juego.
- Pertenencia a grupos donde la práctica de los juegos de azar está generalizada.



INFLUENCIA CONTEXTO SOCIAL

- <https://www.youtube.com/watch?v=yJoYMV4RifY>
- Normalización
- Ejemplo LOTERÍA NACIONAL
 - Anuncio promocionando (por el estado)
 - Se relaciona lotería con amor y familia
 - Se retransmite en directo
 - Se celebra y se enseña a las personas premiadas en TV
 - Evento social y cultural



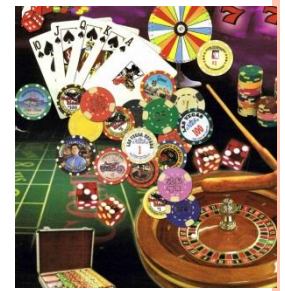


FACTORES AMBIENTALES

- El estatus legal del juego incrementa la prevalencia de la ludopatía entre los adolescentes y hace aumentar el número de jugadores problemáticos.
- La existencia de amplia oferta de juegos (disponibilidad de los juegos).
- La accesibilidad de los juegos de azar es un factor de riesgo significativo para problemas con el juego.
- La falta de opciones alternativas de ocio saludables.
- La publicidad y otras actividades de promoción de los juegos de azar.



FACTORES RELACIONADOS CON LA CONDUCTA DE JUEGO

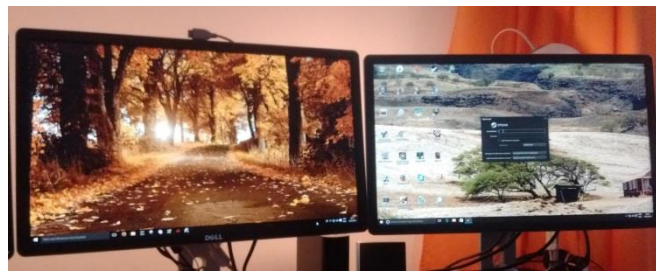


- Inicio a los juegos de azar en edades tempranas (en la infancia o la adolescencia).
- Tener ganancias y/o conseguir un premio de relevancia (por ejemplo, igual o superior al salario de un mes) en las primeras sesiones de juego.
- Participación en juegos de alto riesgo (por ejemplo, jugar en máquinas tragaperras).
- Sentir la necesidad de recuperar el dinero perdido.
- No realizar un seguimiento de las ganancias y pérdidas de juego.
- Uso de juegos de azar como una vía de escape de los problemas.
- La búsqueda de emociones intensas o la descarga de adrenalina.



¿POR QUÉ ES TAN ADICTIVO EL JUEGO ONLINE?

- Muy accesible.
- Medio familiar (internet) y herramientas habituales (móvil, pc...).
- Posibilidad de juego 24 h.
- Gran énfasis publicitario (“ahora al fin reducido”).
- Comodidad y anonimato.
- Refuerzos inmediatos.
- El dinero virtual desactiva el control inhibitorio personal.



¿POR QUÉ LES RESULTA TAN ATRACTIVO A L@S JÓVENES?

- Accesibilidad y disponibilidad total.
- Anonimato.
- Gran variedad.
- Premios de bienvenida.
- Sentimiento de “adultez”.
- Búsqueda de sensaciones nuevas.
- Idea de ganar dinero “fácil”.
- Presión del consumismo.
- Mensajes publicitarios agresivos, incitadores y estimulantes.





CONCLUSIONES FACTORES DE RIESGO

- Cualquier persona puede desarrollar un problema de juego, con independencia de su edad, sexo, nivel de ingresos o educación.
- La transición de ser un no-jugador a alguien con un problema con los juegos de azar puede ser rápida (7vs2).
- Las personas que presentan problemas de salud mental o física, estrés, soledad y aislamiento social, o pérdidas de personas significativas tienen un mayor riesgo de desarrollar problemas de juego.
- Los factores de riesgo funcionan por acumulación, de modo que cuantos más factores influyan sobre una persona, mayor será la probabilidad de que ésta se implique en conductas relacionadas con el juego.

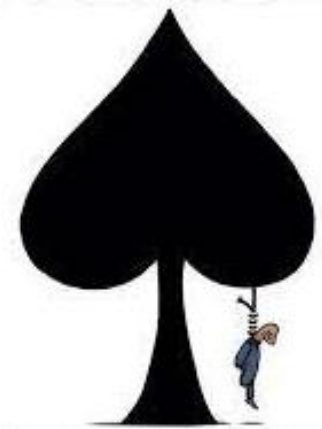


CONDUCTA DE JUEGO CON POCO RIESGO

- Limitas el tiempo y el dinero que gastas en juegos de azar.
- Aceptas las pérdidas y no intentas recuperar el dinero.
- Disfrutas ganando, pero sabe que eso es algo que sucede por casualidad.
- Combinas los juegos de azar con otras actividades de entretenimiento.
- No juegas para ganar dinero o pagar deudas.
- No juegas cuando has tomado alcohol u otras drogas.
- No pides dinero prestado o usas ahorros personales, de la pareja o de familiares para jugar.
- No juegas para escapar de problemas personales y/o sentimentales.
- El juego no perjudica tu trabajo, tus estudios, tu salud, tus finanzas ni las relaciones con tu pareja, familia o amigos.



SESGOS COGNITIVOS JUEGO



- Alteración en el procesamiento de la info (idea que parece real pero que no lo es)
- Juegos de azar **NO** son controlables ni predecibles
 - **Ilusión de control** → creencia de que los resultados dependan más de la actividad que del azar *“ahora va a salir porque cuando salen muchos plátanos toca”*
 - **Azar como proceso autocorrectivo** → Creencia de que la probabilidad de un evento futuro aumenta cuanto mayor es la racha del suceso contrario *“la maquina está caliente”*

SESGOS COGNITIVOS



- **Perder “por poco”** → Creencia de haber estado cerca *“me estoy acercando”*
- **Supersticiones** → Asociaciones accidentales entre cdta y premio *“echo las monedas de 20 en 20 porque hay mas posibilidad de ganar”*
- **Fijación de las frecuencias absolutas** → Tener en cuenta lo que se gana y no lo que se pierde *“llevo ganados 500”*
- **Personificación de la máquina** → atribución de cualidades humanas a la maquina, como por ej intenciones *“me estas engañando” “vamos, bonita”*





LA REALIDAD SOBRE LOS JUEGOS DE AZAR

- **Son azarosos**: Resultado no depende ni de la habilidad de las personas ni de las estrategias que usen.
- **Están basados en las leyes de la probabilidad**: Hechos incontrolables e impredecibles.
- **Es posible lograr ganancias, pero es mucho más probable tener pérdidas.**
- **Están diseñados con una finalidad exclusiva de que el operador del juego gana dinero**: Cantidades repartidas en premios, siempre inferiores a las recaudadas.
→ Cuanto más juego, más posibilidades de perder.
- Las posibilidades de obtener el premio principal en los principales juegos de azar son mínimas.





ALGUNOS EJEMPLOS..

- De hecho tienes casi cuatro veces más probabilidades de morir por el ataque de un tiburón (una entre 3,7 millones), que te toque la Lotería Primitiva o la Bonoloto.
- Si compras un boleto, tus posibilidades de ganar la lotería son las mismas de que, al azar, escojas la guía en la que está tu nombre, la abras por la página adecuada y señales exactamente tu teléfono



IDENTIFICACIÓN PROBLEMA



○ SEÑALES CONDUCTUALES

- Deja de hacer las cosas con las que disfrutaba anteriormente.
- Cambia los patrones de sueño, de alimentación o sus hábitos sexuales.
- Conflictos por dinero.
- Incrementa consumo de otras sustancias.
- Descuida necesidades personales (higiene, sueño, alimentación)
- Oculta las actividades de juego y miente.
- Problemas legales relacionados con los juegos de azar.
- Absentismo e impuntualidad.
- Juega con la única intención de ganar dinero.
- Inquieta/irritable cuando no está jugando.
- Juega con más frecuencia y durante más tiempo seguido.
- Apuesta cantidades crecientes de dinero.
- Intenta detener, controlar o reducir el juego sin éxito.
- Trata de recuperarse de las pérdidas con más juegos de azar.
- No puede dejar de jugar a pesar de las consecuencias negativas.

IDENTIFICACIÓN PROBLEMA



○ Señales económicas y monetarias

- Gasta más dinero del que puede permitirse.
- Con frecuencia pide dinero prestado o anticipos de sueldo.
- Tiene deudas sin explicación lógica.
- Tiene dinero o bienes cuyo origen no puede justificar.
- Amigos, miembros de la familia o compañeros de trabajo o estudios se quejan de la desaparición de dinero u objetos de valor.
- No hace frente al pago de recibos o facturas.
- Menciona con frecuencia la pérdida o extravío de la cartera o de dinero.



IDENTIFICACIÓN PROBLEMA



- **Señales emocionales**
- Se aísla de la familia y los amigos y pierde interés por pasar tiempo con ellos.
- Se muestra ausente o ansiosa.
- Tiene dificultades para prestar atención.
- Tiene cambios de humor y arrebatos repentinos de ira.
- Parece estar deprimida.



IDENTIFICACION PROBLEMA



- **Señales relacionadas con la salud**
- La persona se queja de problemas de salud relacionados con el estrés, tales como:
- Dolores de cabeza.
- Problemas estomacales e intestinales.
- Tiene dificultades para dormir.
- Come en exceso o pierde el apetito de forma repentina.



¿CÓMO SE SIENTE LA PERSONA QUE JUEGA?



LA CULPA

EN FEMENINO

"Cuando ya has jugado tienes sentimiento de culpa, pero no sabes cómo parar"

Ana nos habla de su ludopatía después de dos años en rehabilitación



Ana mira hacia atrás y se da cuenta de que **ha gastado “muchísimo dinero”**. Una vez, se sentó a jugar online y gastó el dinero del trabajo de su marido de ese mes, “3.000 euros, en diez minutos”. Un bucle de juego que solo crea, dice, **sentimiento de culpa**. No cuando juegas, “entonces te sientes bien, sino cuando ya has jugado y has perdido. **Sabes que has hecho mal, pero no puedes pararlo”**.

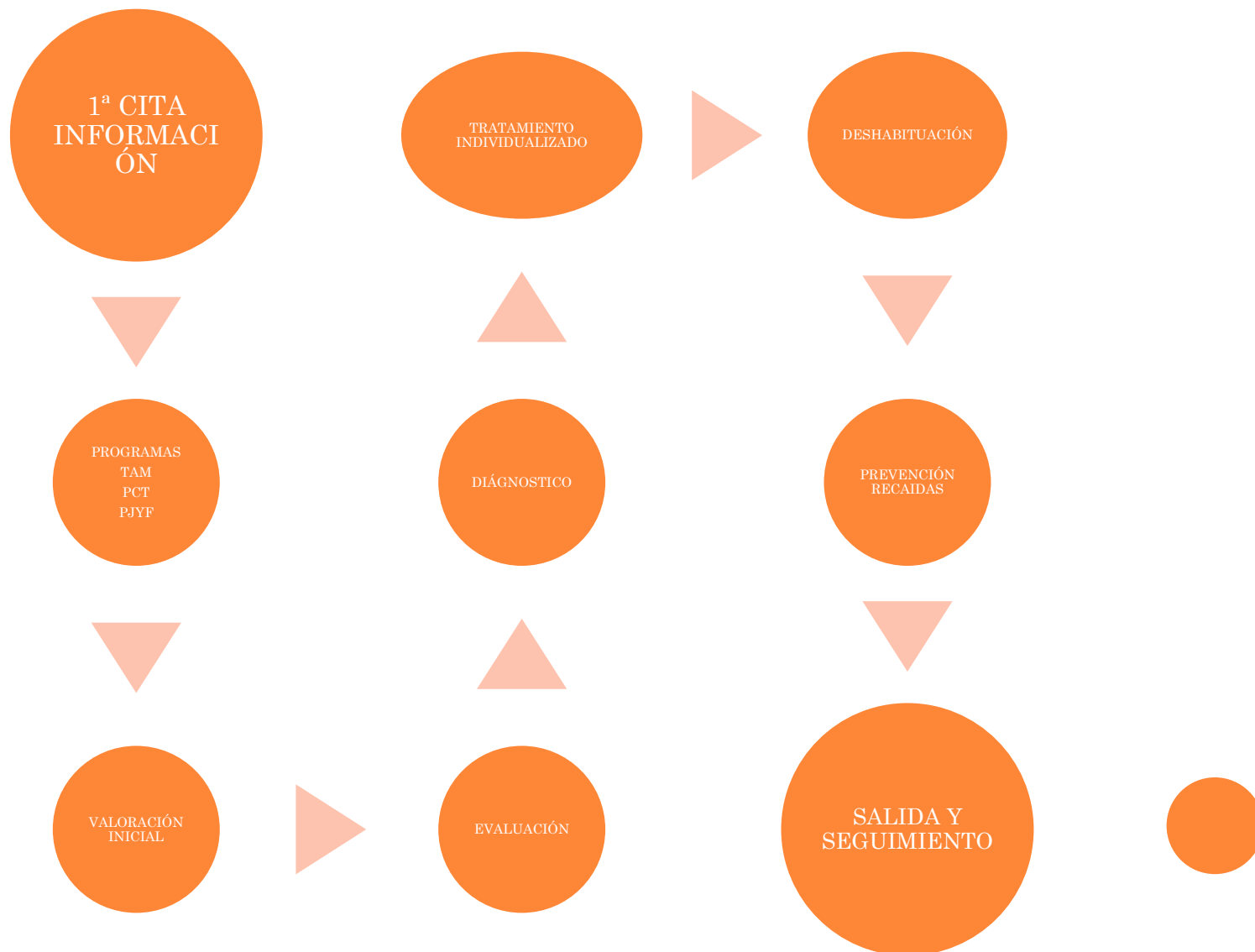


*Para no perder, el
jugador no cesa
nunca de perder*

Ovidio



HOJA DE RUTA PH



MANEJO JUEGO

○ AUTOPROHIBICIONES

- ¿Qué son?
- ¿Cuáles hay?
 - **Registro general de interdicciones de acceso al juego** (Ministerio de consumo)
 - <https://www.ordenacionjuego.es/es/rgiaj>
 - **Fichero de Autoprotección de la asociación Española de Microprestamos (AEMIP)**
 - https://www.aemip.es/wp-content/uploads/2013/10/Formulario_lista_proteccion.pdf
- ¿Cómo se realizan?
- ¿Quién puede hacerlo?



MANEJO JUEGO (FAMILIA)



- ¿cómo hablar sobre el juego?
 - Informarnos de lo que conocen, su grado de implicación, tipo de juego, tiempo y dinero empleado.
 - Desmontar sus ideas erróneas con objetividad, sin dramatizar y fomentando una actitud crítica.
 - Señalar las consecuencias negativas del juego de azar y mostrar alternativas.
 - No dar “la charla”: mensajes cortos, preguntas abiertas e intentar ponernos en su lugar.... escuchar y entender. Para poder actuar desde la comunicación y la confianza.



MANEJO JUEGO (FAMILIA)



○ FAMILIA COMO “COOTERAPEUTA”

- Justificación de gastos
- Supervisión cuentas y dinero en efectivo
- Coordinación con profesionales
- Eliminación acceso a cuentas vía online (Ej. Bizum, app banco, etc.)
- No aplicaciones de venta online (mil anuncios, wallapop, etc.)
- Si el juego es online → capar acceso a la red (Ej. Manejo Wifi, móvil sin internet, etc.)
- Si accede a salones DENUNCIAR



TRATAMIENTO PSICOLÓGICO



- Desensibilización Imaginada (Desensibilización sistemática sin orden de presentación de escenas) y relajación.
- Control de estímulos.
- Exposición en vivo con prevención de respuestas.
- Prevención de recaídas:
 - SAR; alcohol, emociones negativas, conflictos, ideas irracionales.
 - Afrontamiento; Párese, cálmese, renueve su compromiso, revise la situación, prepare un plan y pida ayuda.
- Terapia de grupo



TRATAMIENTO COGNITIVO CONDUCTUAL MULTICOMPONENTE

- Información sobre el juego.
- Corrección de creencias erróneas.
- Entrenamiento en la solución de problemas respecto al juego.
- Entrenamiento en habilidades sociales.
- Prevención de recaídas.



○ MUCHAS
GRACIAS POR
SU ATENCIÓN
E INTERÉS

