



ASOCIACIÓN VIDA SIN JUEGO

Asociación de jugadores en rehabilitación

C/ Timanfaya nº 15 – 23

28924 Alcorcón Metro Puerta del sur

Teléfono: 666-063-562

Email: info@vidasinjuego.org

Página Web: www.vidasinjuego.org

Foro: www.vidasinjuego.foroactivo.net

- ¿Qué es el juego compulsivo? ... ¿Quién puede convertirse en un ludópata y porqué?

El juego compulsivo, también llamado ludopatía, juego patológico, ludomanía, etc.; es una alteración del comportamiento que consiste en perder el control de nuestros impulsos ante el juego o, de forma más sencilla, es un trastorno por el que nos volvemos adictos al juego.

Dentro de los tipos de juegos podemos distinguir entre aquellos que requieren una determinada habilidad, por ejemplo, jugar al fútbol, a la petanca, etc. y aquellos que denominamos juegos de azar, en los que el resultado no depende de las habilidades del sujeto, como jugar a la ruleta o al bingo.

Los juegos de azar que acarrearán más problemas son los que llevan asociados una apuesta económica, como por ejemplo, los juegos en casinos, el bingo, las apuestas, jugar a las cartas, en las máquinas tragaperras, etc.

Por su etiología, por su curso, por su pronóstico y por las variables implicadas, el juego patológico o Ludopatía, es una enfermedad crónica.

Se contenga mejor o peor, el ludópata, fácilmente tendrá problemas con las apuestas, porque los aspectos motivacionales activarán memoria, vivencias, esquemas de acción y una estructura adictiva, aspectos que ya había desarrollado con el trastorno y que no puede borrar.

Que algunos juegos de apuestas tengan una capacidad tan exagerada de afectar a ciudadanos de todo tipo, sin discriminar en edad, sexo, nivel cultural, nivel económico, personalidad, clase social, estructura genética... facilita nuestra convicción respecto a su potencial adictivo para con las personas que apuesten habitualmente.

Por ejemplo, una temporada jugando más de dos o tres veces por semana a juegos como las tragaperras, bingos o casinos, supone alrededor del 98 % de las demandas de atención que hemos recibido los últimos 10 años.

Los expertos estiman que en España hay unos 450.000 jugadores patológicos, de los que unos 350.000 serían jugadores patológicos de máquinas tragaperras; y que existen unos 750.000 jugadores problema, que son aquellas personas que no reúnen todas las características para ser considerados jugadores patológicos, pero cuyas vidas se ven afectadas por el hecho de jugar.

¿Quién puede convertirse en un jugador patológico y por qué?

No podemos decir a ciencia cierta que si una persona posee determinadas características se convertirá en un ludópata. Pero sí existen algunas situaciones que hacen que una persona tenga mayores posibilidades de presentar este trastorno. Según esto, si se es joven (entre 18 y 30 años), hombre, con un nivel educativo bajo o medio y pocos ingresos económicos se tienen mayores posibilidades de caer en la ludopatía; aunque son los hombres de mediana edad, casados, con un nivel educativo medio-alto y bajos ingresos, los que más acuden a recibir tratamiento.

No se ha detectado que el número de casos sea mayor entre amas de casa, jubilados o parados; si bien estos casos son más conocidos a través de los medios de comunicación, dado que las repercusiones del juego son más graves para ellos y sus familias, porque disponen de menos recursos e ingresos.

Habitualmente el jugador se inicia en una situación social determinada, sea con amigos, familiares o compañeros de trabajo, se puede proponer apostar de manera puntual a la máquina, ir a celebrar un aniversario o cualquier evento festivo al bingo o al casino, seguir con un modelo de tradición familiar o social, jugando combinaciones de fechas a la lotería, por ejemplo.

Igualmente, es fácil que quienes a menudo entran en contacto, en los bares, con las tragaperras, se puedan iniciar solos en la dinámica de juego, ver como otros sacan el premio, intentar distraerse si están aburridos o haciendo tiempo para hacer otras actividades, sobretodo porque no interpretan que lo que hagan sea tan peligroso.

En un plazo de tiempo entre 2 meses y cinco años, estos jugadores que se inician en el juego pasarán a ser jugadores habituales en un porcentaje muy grande y poco estudiado, aún siendo pocos los premios que les hayan tocado, interpretando que no pierden mucho, o quizás que en el bar, bingo o casino, tienen un círculo de relaciones satisfactorias, entre otros razonamientos, mantendrán el convencimiento de que la situación de juego no se les escapa de las manos.

Sin embargo la actividad de apostar repetidamente pasará por ejemplo, de gastar en las tragaperras el cambio del desayuno, almuerzo, café o cerveza,

a jugar, habitualmente en solitario, cambios de 10, 20, 50 euros o más, extremo que nunca se hubieran permitido cuando jugaba ocasionalmente en las mismas tragaperras.

Este nivel de juego se puede mantener según cada caso particular más o menos a escondidas, pero supone una afectación directa en las relaciones afectivas y de confianza que comportará recurrir repetidamente al engaño, sea mintiendo o escondiendo la existencia del dinero con que juega.

Se da con facilidad que se mantiene la preocupación por no ser descubierto, el deseo o la necesidad de recuperar, de quitarle importancia al problema, de poder con la máquina, con otros jugadores o con los beneficiarios de la actividad, y el convencimiento de que puede controlarlo o dejarlo cuando quiera, con las mismas estrategias de cerrarse en sí mismo que lo han culpabilizado y avergonzado. Todo ello mantendrá al jugador en la estructura adictiva que ha ido desarrollando a nivel psicológico.

Todo el esfuerzo y la represión que pueda asumir en sus intentos por dejar de jugar, fácilmente acabarán en un intento de demostrarse a sí mismo que vuelve a controlar, a ser una persona "normal" y que el trastorno no tiene, justamente en esos momentos de recaída, la importancia que tenía anteriormente, porque ya hacía semanas, meses o años que no jugaba.

Con estas contradicciones volver a recaer es fácil y aparecen episodios donde a menudo aumenta la intensidad, en función de cómo intervienen otros factores, por ejemplo:

- *La disponibilidad de dinero del jugador y el control que existe a nivel familiar.*
- *La intensidad con que se actualizan las ilusiones de control o la incapacidad para recuperar la conciencia en situaciones de recaída.*
- *Los problemas cotidianos o eventos vitales que acentúen el aislamiento y la negación del problema, utilizando el juego como una manera de refugiarse o huir de los problemas.*

Será más fácil que el jugador se descubra por insolvencia, acumulación de deudas, desesperación o a veces por casualidad, que no que pueda pensar y actuar de manera eficaz frente el trastorno e intente buscar una solución a su enfermedad..

- ¿La ludopatía o juego compulsivo es una enfermedad o un vicio?

Es una enfermedad y como tal hay que tratarla.

Vicio es una acepción peyorativa para hablar de esta adicción por parte de las personas que no la conocen ni la padecen.

La ludopatía o juego compulsivo es un trastorno reconocido por la **Organización Mundial de la Salud** (OMS) en su **clasificación Internacional de Enfermedades en el año 1992**. Sin embargo, esta no fue la primera vez que, como categoría diagnóstica y con el nombre de juego patológico, se reflejó en los ámbitos profesionales. Ya en 1980 a través del Manual Diagnóstico y Estadístico de los trastornos (DSM IV), la Asociación Americana de Psiquiatría describe el Juego Patológico en el apartado 312.31 como un síndrome en el cual aparece un fracaso crónico y progresivo de la capacidad para resistir el impulso de jugar.

Los ludópatas pueden manifestar otras enfermedades de origen psicossomático. Suele estar aparejada con otras adicciones como el alcoholismo y el tabaquismo.

Si bien el sistema **DSM** (III, III-R y IV) y la CIE-102 **incluye este trastorno entre las alteraciones debidas a un bajo control de los impulsos**, lo cierto es que *los criterios diagnósticos operativos DSM tienen exactamente el mismo diseño que el de las adicciones a sustancias, lo que muestra la concepción subyacente para la enfermedad en ese sistema: se trata de un problema adictivo "sin sustancia" incluido en un apartado que no es el suyo.*

A pesar de la aceptación y de la promoción social que genera una imagen de los juegos de apuestas como actividades de ocio, diversión, distracción y asociadas a alegría y fortuna, como si no provocasen efectos en la salud mental de los participantes, podemos evidenciar una primera contradicción; **Las autoridades al prohibir el uso a menores de edad ya aceptan, implícitamente, la peligrosidad de los juegos de apuestas y eso desmonta muchas explicaciones e intentos de atribuir toda la responsabilidad al jugador, como único responsable del trastorno que padece**, sea a nivel social utilizando el término vicioso para describir al enfermo, sea alegando estudios "científicos", estadísticos o razonamientos jurídicos, por parte de los beneficiarios de la actividad o de las propias administraciones.

Esta enfermedad altera o lesiona los intereses personales, familiares y laborales. Como resultado de esta incapacidad de control se desencadenan diferentes trastornos psicopatológicos, no siendo infrecuente el suicidio.

Presumimos que una persona es ludópata cuando muestra en su conducta la presencia de al menos tres de los apartados de la siguiente tabla:

- 1** Preocupación por el Juego (por ejemplo el desmedido afán por revivir experiencias basadas en antiguas experiencia de juego, compensar ventajas entre diferentes competidores, planificar la próxima aventura, o pensar diferentes 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 y/o para aliviar los sentimientos de desesperanza, culpa, ansiedad o depresión.
- 6** Después de perder dinero en el juego se vuelve otro día para intentar recuperarlo.
- 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 profesionales debido al juego.
- 10** Se confía en que los demás proporcionen dinero que alivie la desesperada situación financiera causada por el juego.

¿Cómo debemos actuar los familiares y/o acompañantes con los jugadores?

El primer paso que deben dar los familiares es intentar resolver su propia situación emocional, más tarde deberían intentar entender que están frente a una enfermedad-adicción, ya que es muy fácil que la nueva situación escape a su control y puedan sentirse culpables de haberla producido o inducido de alguna manera.

La entereza con que planteen al jugador los objetivos y medidas a seguir, deben ir acompañadas con la comprensión de las reacciones que tiene el jugador, poniéndose emocionalmente en su situación, no sirve de nada hacer planteamientos de si me quisieras no jugarías, es necesario demostrarles respeto como personas que son mientras se ofrece el apoyo para hacer lo necesario que mantenga la abstinencia en jugar que en realidad es su responsabilidad.

Aún así, insistid en que se ponga en tratamiento, a menudo no hay conciencia de enfermedad y se niega o no se quiere tratar con el convencimiento de que podrá hacerlo solo, proponga que es la mejor solución, que es más fácil con el apoyo de una asociación.

Normalmente, los familiares no tienen formación ni experiencia en afrontar adicciones y, las buenas intenciones sin estos dos elementos, a menudo conllevan el fracaso.

Por ello el consejo de ir a una asociación o a profesionales de la medicina: psicólogos o psiquiatras, con experiencia en juego patológico, nos parece imprescindible para resolver la singular situación emocional en que se encuentran, recibir la orientación necesaria frente a los problemas que surgirán, facilitar el cumplimiento de las medidas preventivas, de los puntos no negociables, y conseguir un abordaje terapéutico del jugador y su problema, es importante comprender que la rehabilitación es un proceso largo y recuperar la confianza estará asociado a cumplir muchos objetivos diferentes, no sólo el control del dinero.

Evidentemente cuanto más consenso y apoyo familiar existe en este sentido más fácil será para el jugador aceptar que tiene el trastorno y revolve por conservar unas relaciones afectivas que, a pesar de los engaños, siguen aceptándole .

Cuando el nivel de degradación de la enfermedad y las relaciones impiden esta situación, el pronóstico realmente es complicado y se hace imprescindible un trabajo impecable de socialización.

- En cualquier caso se debe explicar al jugador, con elementos objetivos, qué es lo que está ocurriendo: las cantidades que sabéis que dedica a jugar, el tiempo que no está dedicando a la familia, su irritabilidad o nerviosismo, las mentiras que habéis contrastado, etc.
- Podéis hacerle ver cómo os sentís vosotros: preocupados, engañados, tristes... y como puede intentar cambiar la situación que a su vez cambiará la situación emocional de todos, etc.
- Mostraos dispuestos a ayudarlo, para cumplir unas medidas preventivas, un tratamiento que le ayude a dejar de jugar, a reiterar el apoyo a pesar de que recaiga o se equivoque, no dejéis de hacerlo mientras mantenga la disposición por luchar...

- ¿La ludopatía tiene curación? ¿Existen medicamentos específicos para dejar de jugar?

La ludopatía es una enfermedad para toda la vida.

No tiene curación con medicamentos de ningún tipo.

A nadie le gusta creer que es distinto a sus semejantes. Por este motivo no es sorprendente que nuestra carrera de jugadores se haya caracterizado por innumerables intentos vanos para comprobar que podíamos jugar como otras personas. La idea que de alguna manera, algún día, vamos a controlar el juego es la gran obsesión de todo jugador compulsivo. La persistencia de esta ilusión es sorprendente. Muchos la persiguen hasta llegar a la cárcel, la locura o la muerte.

Con respecto al juego, la ilusión de que somos como otras personas o que eventualmente lo podamos ser, tiene que ser eliminada.

Hemos perdido la capacidad para controlar el juego. Los jugadores compulsivos hemos sentido, a veces, que estábamos recuperando el control, pero tales breves intervalos, eran inevitablemente seguidos por momentos de menos control aún, que conducían a la larga a una desmoralización tremenda.

Estamos convencidos de que el juego compulsivo es una enfermedad progresiva. A través del tiempo empeoramos, nunca nos mejoramos.

Al ser una enfermedad mental, debería poder ser tratada por los psiquiatras y los psicólogos con terapias individuales y familiares, anti-depresivos, tranquilizantes, etc., pero nuestra experiencia de tantos años como asociación de ayuda a los jugadores nos dice que, en la mayoría de los casos, esto no sucede así.

La actuación de estos profesionales sirve de muy poco, o sólo de forma momentánea, si el paciente y sus acompañantes no acuden a alguna asociación de autoayuda y siguen a rajatabla las normas y consejos que allí les proporcionan. En sus reuniones comprobarán que su problema es más común de lo que imaginan y que casi todos los jugadores estamos cortados por un mismo patrón, por lo que al ser una terapia de espejo, pronto aprendemos a vivir con el problema, a rehacer nuestras vidas y a la vez mejorar las de los que conviven con nosotros.

Se aprende a vivir de nuevo y a ser una persona otra vez, pero con el "único inconveniente" de que ya no podremos jugar nunca más.

- ¿Se puede jugar a otros juegos de azar aunque no apostemos dinero?

NO.

Una de las normas básicas en las que nos apoyamos para dejar el juego para siempre es, esto mismo, "dejar todos los juegos para siempre".

En este apartado incluimos los juegos de azar o de cualquier otro tipo (cartas, ajedrez, parchís, dominó, dardos, bolos, etc.). La explicación es bien sencilla: todo lo que nos cree una ansiedad, incontrolable o no por ganar, es muy perjudicial para cualquier jugador compulsivo y puede hacerle recaer en su adicción en cualquier momento.

Ciertos deportes de equipo (fútbol, balonmano, baloncesto, etc.) e individuales (ciclismo, footing, etc.) pueden ser practicados, siempre y cuando no nos juguemos nada o no suponga una alteración en nuestra conducta y pase de ser una diversión a algo más. Estas excepciones son fuente de controversias y diálogos encendidos en todas las reuniones donde salen a relucir, por lo tanto, antes de practicarlos, deberíais exponer vuestra situación en alguna terapia de grupo y sacar vuestras propias conclusiones al respecto.

- Cómo puedo prohibirme la entrada en bingos y casinos? ¿Debo hacerlo aunque no juegue en ellos?

Teléfono de Información para prohibirse la entrada a casinos y bingos: 900 150 000

COMISIÓN NACIONAL DEL JUEGO

Ministerio del Interior

C/ Cea Bermúdez, 35. 28003 Madrid

Tel.: 915 372 589

Horario: L a V de 9 a 14 h

[Ejemplar para solicitar la auto-prohibición de entrada en bingos y casinos \(en PDF\).](#)

La legislación española establece la posibilidad de auto-prohibirse la entrada en bingos y/o casinos de una región o de toda España.

Dicho decreto la limitación de entrada de determinadas personas en estos establecimientos a petición propia o como consecuencia de un procedimiento sancionador o de una resolución judicial. Además regula el registro de personas que tienen prohibido el acceso a salones de juego, casinos y salas de bingo por cualquiera de los motivos antes mencionados.

Las personas que por su problemática personal consideren necesario limitar su acceso a estos lugares, pueden auto-prohibirse la entrada.

Para llevar a cabo este trámite, deben rellenar el ejemplar antes descrito (descargable en PDF) y entregarlo con una fotocopia del DNI en cualquier registro del Ministerio de Interior (Delegación de Gobierno o comisarías de la Policía Nacional). En algunas Comunidades Autónomas es posible y/o imprescindible que la hoja vaya firmada por la persona que desea auto-prohibirse junto a otra firma de algún familiar que desee reforzar dicha auto-prohibición, en estos casos resulta más difícil anularla. En la Comunidad de Madrid no hace falta que vayan más personas que el propio interesado.

Nuestro consejo: Si tienes un problema con cualquier tipo de juego es posible que puedas perder el control con otros, aunque nunca hayas jugado a ellos. Ante esta posibilidad y para reducir riesgos, debes auto-prohibirte la entrada en bingos y casinos. Recuerda que el jugador compulsivo tiene una tendencia patológica e incontrolable a jugar a todo tipo de juegos y esta posibilidad que la ley nos brinda debe ser aprovechada.

Si no eres jugador y sabes o dudas sobre un problema con el juego de algún familiar convéncele para que se auto-prohiba. De esta forma reducirás riesgos y evitarás mayores consecuencias. Si se niega, te estará confirmando un posible problema con el juego.

¿Cuales son las características de un jugador compulsivo?

1. **No poder, ni querer aceptar la realidad.** De ahí el escape hacia el mundo de los sueños que representa el jugar.
2. **Inseguridad emocional.** Un jugador compulsivo sólo se siente emocionalmente confortable cuando está "en acción". No es raro escuchar a un miembro de cualquier asociación de jugadores decir que: "El único lugar donde sentí que pertenecía de veras, era sentado frente a una mesa de juego o en compañía de otros jugadores. Allí me sentía seguro y confortable. Nadie me exigía demasiado. Sabía que me estaba destruyendo pero al mismo tiempo tenía cierta sensación de seguridad."
3. **Inmadurez.** Un deseo de tener todas las cosas buenas de la vida sin ningún esfuerzo de su parte, parece ser el patrón común del carácter de los jugadores compulsivos. Muchos ludópatas aceptan el hecho de que no estaban dispuestos a madurar. De manera inconsciente, sentían que podían evitar la responsabilidad de la madurez jugando a las máquinas tragaperras, la lotería o las cartas, y así la lucha por escapar de la responsabilidad, se convirtió finalmente en una obsesión inconsciente. El jugador compulsivo, también parece tener una urgente necesidad interior de ser "alguien importante" y necesita sentirse todopoderoso. El ludópata está dispuesto a hacer casi todo, incluso actos asociales o ilegales, con tal de mantener la imagen que quiere que otros vean de él.

Aunque nos pueda parecer extraño, existe la teoría de que los jugadores compulsivos, de manera inconsciente, desean perder para castigarse a sí mismos. Hay bastantes evidencias que avalan esta tesis.

Vivir en su mundo es otra característica común de los jugadores compulsivos.

Se pasan mucho tiempo creándose imágenes de las grandes y maravillosas cosas que van a hacer cuando tengan una gran ganancia. A menudo, se ven así mismos como personas filantrópicas y admiradas. Sueñan muchas veces con regalar coches nuevos, viajes, pisos y otros lujos a sus familiares y amigos. Los ludópatas, se imaginan viviendo una vida cómoda y elegante, que se hará posible gracias a las enormes cantidades de dinero que ganarán con su "sistema" de juego. Tener empleados, apartamentos de lujo, buena ropa, amigos encantadores, yates y hacer recorridos por el mundo, son algunas de las cosas maravillosas que están a la vuelta de la esquina, una vez que finalmente obtengan grandes ganancias.

Pero patéticamente, nunca parece que una ganancia sea lo suficientemente grande para poder hacer realidad el más pequeño de sus sueños. Cuando los jugadores compulsivos tienen éxito, juegan para tener sueños más grandes, cuando fracasan, juegan con una desesperación irresponsable para recuperar lo perdido. Nadie puede convencerles de que nunca se harán realidad sus grandes

planes. Ellos creen, que éstos si se harán realidad, ya que sin su mundo de sueños, la vida para ellos no sería tolerable.

¿Podemos acercarnos los familiares a la asociación a informarnos aunque el jugador compulsivo no quiera acudir a ellas?

Por supuesto.

La asociación está abierta a cualquier persona, sea jugador o no.

Los familiares u otros acompañantes que quieran visitarnos y deseen cualquier tipo de información son bienvenidos. Así mismo se pueden quedar, desde el primer día, a su primera terapia y comprobar in situ nuestro funcionamiento.

Esta enfermedad no sólo la padece el jugador, por lo tanto, no sería lógico que las personas que son víctimas inocentes de los nefastos resultados provocados por esta adicción no pudieran participar activamente en su propia recuperación personal aunque el jugador se resista a reconocer su ludopatía.

Si estáis en esta situación, no dudéis en venir a conocernos, muchos familiares intervienen activamente en las reuniones aunque sus maridos, hijos, etc. no acudan a ellas.