

LUDOPATÍA O ADICCIÓN AL JUEGO.

Pepa Garrido Palacios

Enfermera de la Unidad de Salud Mental. Hospital de Úbeda

Introducción: el juego y los jugadores.

Tanto el juego como los jugadores no son algo exclusivo de nuestro tiempo, son tan antiguos como la humanidad. Hay evidencias arqueológicas de juegos que ya existían en la antigüedad; algunas pinturas representan lo que hoy serían los dados. En nuestros días, aún persiste un juego cuya propia naturaleza revela su origen arcaico, me refiero al juego de "la taba", en el que se utiliza el hueso de algunos animales, el astrágallo en concreto, como un dado de 4 caras con el que echar suertes.

El juego por placer, ocio u objeto monetario está presente en la mayoría de las culturas antiguas. Griegos y romanos, entre otros, tenían diversos tipos de juegos de azar como entretenimiento y también juegos de desafío.

Jugar no es malo, incluso es necesario. Durante la infancia aprendemos las normas más elementales de comportamiento y lo hacemos jugando. Las habilidades sociales se aprenden sobre todo jugando durante la adolescencia y la niñez. Pero el juego no es sólo útil por esto, también cumple una función positiva. Cuando jugamos de adultos, el juego nos permite poner a prueba algunas de nuestras habilidades y nos proporciona bastantes satisfacciones si superamos retos inocentes; también facilita el desarrollo y la aplicación de estrategias útiles para la vida cotidiana; nos permite pasar ratos agradables con nuestros familiares y amigos. Jugar resulta divertido, es relajante y puede ser terapéutico. Por otra parte, jugar no es malo si tras aportar el momento de relajación oportuno podemos dejar de hacerlo libremente y retomar nuestras actividades habituales con el recuerdo del buen rato que hemos pasado. Jugar o dejar de hacerlo no influye en el normal desarrollo de nuestras vidas.

La situación se complica cuando para jugar interviene el azar, cuando éste se interpone nos convertimos en agentes pasivos respecto al juego. Nuestro papel se limita a esperar recibir un premio. En los juegos de azar el placer no se obtiene del propio juego, ni de la relación que establecemos con nuestros acompañantes, ni de comprobar lo hábiles que somos, sino de alcanzar un bien material sin realizar esfuerzo por nuestra parte. Aquí lo que excita, lo que eleva nuestra tensión es la leve espera que media entre la apuesta y la obtención potencial del premio.

A lo largo de la historia muchos personajes famosos han sufrido adicción al juego. Destacaré entre ellos a Dostoiévski porque además de ser adicto al juego, supo reflejar este problema en una novela que escribió para poder pagarse unas deudas de juego, "*El jugador*", en la que refleja la situación de un jugador patológico de la época.

La ludopatía

La ludopatía consiste en la incapacidad progresiva de una persona para resistir el impulso de jugar, sintiendo una incontrolable necesidad de ello, lo que ocasiona grandes perjuicios personales, familiares y profesionales.

La ludopatía está definida como un trastorno mental en el manual de clasificación de enfermedades mentales de la OMS. El juego patológico se considera un trastorno del control de impulsos. Es una adicción a los juegos de azar en todas sus variedades, la más extendida es la provocada por las máquinas tragaperras debido a su fácil acceso.

Como el resto de adicciones, comienza lentamente y con la conciencia de que se controla la situación en cuanto uno se lo proponga. Se comienza jugando unas monedas sueltas, se continúa cambiando más monedas para jugar y al final todo el dinero se destina al juego y a la insistencia en recuperar lo perdido.

El adicto tiene problemas consigo mismo y con su entorno. El reto que supone el juego lo llena de adrenalina y la necesidad de jugar supera toda lógica. Lo arriesga todo por el placer del juego. No se trata de ganar sino realmente de jugar; por tanto ganar no es la finalidad. Cuanto más se juega más necesidad se tiene de seguir jugando, se gane o se pierda.

El adicto no es capaz de manejar sus propias emociones y mediante el juego las libera para que no le causen tanta tensión. Las personas con este trastorno tienden a mentir a sus familiares, amigos, médicos y psicólogos, minimizando su situación de jugador patológico. Existe también el riesgo añadido de que por haber perdido mucho dinero recurra a falsificaciones, engaños, robos, fraudes o abusos de confianza para conseguir fondos y seguir jugando. El sufrimiento que esta situación le genera, el miedo permanente a ser cogido en alguna mentira, termina por crear estados de irritabilidad y aislamiento social y laboral que ocasionan ansiedad, depresión e inestabilidad personal.

Muchos ludópatas son llevados a los servicios sanitarios por su familia sin que se hayan concienciado que padecen una adicción que genera problemas familiares y personales. El descubrimiento suele ser casual, habitualmente por los agujeros económicos que generan.

En nuestros hijos ya tenemos muestras de ludopatía con los ordenadores y las consolas, que tanto enganchan. A los padres nos dejan tranquilos y mientras ellos pasan horas y horas delante de la pequeña pantalla pasando niveles de juego. Cuanto más atractivo es el juego más adicción provoca. Si los padres no ponemos freno causará una conducta final adictiva y peligrosa para el niño.

Antes se hablaba de la influencia que la televisión tenía en los niños en cuanto al contenido de algunas series. Ahora con las consolas esta influencia ha aumentado. Los juegos

favoritos de los niños se sitúan en torno al juego de lucha que llevan a cabo los héroes protagonistas contra multitud de malos. La finalidad siempre es vencer y con ella empieza a formarse el ludópata, ganando y así sintiéndose bien. Pero progresivamente se da cuenta de que ganar no es lo que verdaderamente le estimula, sino jugar. Estamos creando, al permitir estas conductas, futuros ludópatas que gastarán su dinero y su tiempo en el juego.

Características del ludópata.

- Obsesión por jugar y conseguir dinero para seguir jugando.
- Juega más cantidad de dinero o dedica más tiempo al juego del que había planeado.
- Tiene necesidad de aumentar la magnitud o frecuencia de la apuesta para conseguir la excitación deseada.
- Intranquilidad o irritabilidad cuando no puede jugar.
- Pérdida repetida de dinero en el juego y vuelta al día siguiente para intentar recuperarlo.
- Sacrificio de alguna actividad social, profesional o recreativa importante para poder jugar.
- Continúa jugando a pesar de la incapacidad para pagar las deudas acumuladas.
- Tiene problemas de abstinencia cuando no puede jugar.
- Utiliza la mentira para esconder el problema.
- Comienza a tener problemas en su vida laboral y familiar.

Pero existen también otros jugadores, conocidos como *jugadores problema*, que sin presentar cuadros de ludopatía estricta, tienen una implicación tan desproporcionada en los juegos de azar que presentan un alto riesgo de caer en la adicción.

Rehabilitación de la ludopatía

El proceso es largo y debe estar basado en dos principios:

1. La ayuda por parte de profesionales, familiares y asociaciones u otros colectivos.
2. El deseo del ludópata de abandonar el juego.

Para la rehabilitación de un ludópata es necesario que se den una serie de circunstancias:

- Reconocimiento de la adicción.
- Actitud positiva y no desanimarse por alguna recaída y convencerse de que es posible salir.
- Recibir apoyo del entorno. Esto es fundamental.
- Reforzar los avances conseguidos por pequeños que sean.
- Adquirir nuevos hábitos de conducta para alejarlo de costumbres anteriores que asocia con el juego.

Para ayudar en el proceso de rehabilitación, en los lugares dónde hay control, como casinos y bingos, puede prohibirse la entrada a los jugadores patológicos. Para ello la familia puede solicitar una orden judicial. Como en España el porcentaje de ludópatas ha crecido espectacularmente, se han creado una serie de asociaciones de apoyo y autoayuda al jugador. La manera de contactar con estas asociaciones es telefónicamente y ellos realizan las gestiones para que los jugadores patológicos no puedan acceder ni a sus cuentas bancarias ni a los lugares de juego que solían frecuentar. Todo ello, evidentemente, previa autorización del ludópata que, siendo consciente de su trastorno, desee poner freno a su adicción. En nuestra provincia, en Jaén, la Asociación se llama ALUJER y el teléfono de contacto es 900713525.

Tratamiento de la ludopatía

El tratamiento de personas con este trastorno debe tener en cuenta aspectos médicos, psicológicos y sociales. Un elevado número de jugadores patológicos logran no volver a jugar pero existe un gran número de ludópatas que no son tratados y no entran en los circuitos terapéuticos.

Mujer y ludopatía

La ludopatía tiene características específicas en las mujeres que la sufren. La mujer tiende a ser adicta a los juegos de azar que se llevan a cabo de manera solitaria. Ellas juegan solas, mientras que los hombres son más adictos a juegos en los que se compite, como las partidas de cartas.

El carácter vergonzoso de esta adicción impide conocer con certeza cuántas de las personas afectadas son mujeres. Los datos existentes en nuestro país señalan que al menos 1/3 de los ludópatas pertenecen al género femenino, pero son muy pocas las mujeres que solicitan ayuda.

La situación del ludópata se hace aún más difícil cuando éste es mujer. En la sociedad actual se discrimina a la mujer de una manera más insidiosa cuando es víctima de una adicción que a un hombre.

Características de la mujer ludópata.

- Inicio más tardío que en el hombre (en torno a la mitad de la edad adulta).
- Su adicción se concentra principalmente en las máquinas recreativas con premio, las tragaperras y el bingo; en menor medida en los juegos de casino.
- Igual que los hombres, no suelen tener asociadas otras patologías psíquicas, si bien la depresión y el stress son frecuentes como elementos iniciales o como consecuencia de la situación generada por la adicción.
- Así, frente a situaciones de vacío, soledad o pérdida, mujeres hasta entonces bien adaptadas comienzan a jugar como remedio para cubrir esas carencias. Aunque

son pocas las que suelen “engancharse” desde las primeras apuestas, el problema se acelera si se ve potenciado inicialmente, sobre todo si la suerte otorga un premio importante. Lo frecuente es que la adicción se desarrolle insidiosamente y sin conciencia de estar ante un problema.

- La jugadora de bingo, frecuentemente, se inicia en él como una actividad social que facilita la relación con otras mujeres. Pero también se da la ludópata de bingo solitaria, sobre todo cuando el número de horas que dedica al juego sobrepasa lo que las amigas no ludópatas están dispuestas a compartir.
- La ludópata de máquinas tragaperras es básicamente una jugadora solitaria. El prototipo es el del ama de casa que aprovecha la salida a la compra para gastarse finalmente el presupuesto en las máquinas.
- La ludópata juega inicialmente por el placer que le proporciona la apuesta pero finalmente se verá envuelta en la adicción, espoleada por la fantasía de recuperar las cantidades perdidas. Ignorar que en los juegos de azar la ley de probabilidad está siempre en contra del jugador es el primer paso.
- Sin darse cuenta, la ludópata verá que el juego representa el eje principal de su vida y, por su carácter secreto, se verá obligada a mentir continuamente para ocultar el tiempo que le dedica, las pérdidas económicas que le ocasiona y las dificultades que encuentra para adquirir los alimentos diarios o la ropa de los niños. Es típico no llegar nunca a fin de mes.

El problema puede permanecer oculto durante años. Hay casos de maridos que han descubierto que su mujer era ludópata al jubilarse y permanecer más tiempo en el hogar. Poder o no ocultarlo durante años depende de varias condiciones: ser autónoma económicamente o bien que exista un familiar que examine los movimientos bancarios o que le reclamen préstamos solicitados a entidades o personas que alerten sobre los movimientos bancarios que realizan estas mujeres. Este cúmulo de circunstancias: las pérdidas económicas, los apuros pasados para cubrirlas, el sufrimiento que esta situación genera (al igual que en el hombre), el miedo permanente a ser cogidas en alguna mentira... termina por crear estados de irritabilidad, aislamiento social, familiar y laboral y ocasiona ansiedad, depresión e inestabilidad personal.

Internet y ludopatía

La red se ha convertido en una nueva puerta de entrada para acceder al juego de azar que engancha a niños y jóvenes y los inicia en el mundo de la ludopatía con el dinero de sus padres. A través de ella se ofrece un fácil acceso a casinos virtuales, juegos de cartas y máquinas tragaperras que sólo exigen un número de tarjeta de crédito para hacerse con un usuario. De este modo, niños y adolescentes se encierran en sus cuartos, donde se pasan las horas muertas y se enganchan al juego.

El tiempo de adicción puede durar varios meses. En este tiempo, el menor se ha aislado totalmente de amigos y familia, ha abandonado los estudios y se convierte en un ser solitario, muestra malos modos y desarrolla agresividad y violencia. Sin embargo, el cambio de actitud del menor, que a veces se asocia con cambios propios de su desarrollo, no es lo que alerta a los

padres, sino la bajada en la cuenta bancaria. Una vez descubierto, el menor se ve obligado a abandonar el juego y la ansiedad hace mella en él. Éste es el momento para llegar a una asociación que le ayude a salir de su adicción, tal y como señala en algunas declaraciones el Presidente de la Federación Andaluza de Jugadores en Rehabilitación (FAJER).

Además, Internet ha abierto una nueva vía de acceso al juego a personas que no se atreven a acudir a un casino o a ponerse delante de una máquina tragaperras. De hecho hay muchos jóvenes que se están incorporando al juego a través de la intimidad que ofrece la red. Jóvenes que nunca ves delante de una máquina tragaperras o entrando solos en un bingo, en cambio si juegan en sus casas.

También la mujer joven se está incorporando al mundo del juego a través de la red en la intimidad que ofrece un ordenador en casa. Incluso organiza su vida para tener tiempo libre y dedicárselo al ordenador. *El juego está atrapando a niños y adolescentes de ambos sexos, está aumentando el numero de gente adicta y bajando la banda de edad*, afirma el presidente de FAJER. A juicio de esta Asociación, los concursos televisivos contribuyen a despertar el interés de los más jóvenes de la casa por el juego

Adicción sin sustancia

Durante la celebración de una *Jornada sobre Juego Patológico* organizada por las fundaciones *Gandium* y *Ramón Areces*, los expertos han considerado apropiada una revisión de la catalogación de la ludopatía como trastorno mental. Afirman que las características de este desorden encajan más con los de una adicción que con un trastorno de control de impulsos, que es como está clasificado de modo oficial, junto a la piromanía y a la cleptomanía.

Parkinson y ludopatía

Los pacientes con enfermedad de Parkinson pueden desarrollar una ludopatía como consecuencia del tratamiento que reciben, aunque los expertos creen que este efecto secundario es excepcional y no aparece en todos los pacientes. En aquellos que sí lo hace, desaparece en los meses posteriores a interrumpir el tratamiento.

Bibliografía:

Diario el País. Edición impresa. Septiembre 2005.

Trastorno .La ludopatía. Antonio Vaca.

Inforjoven. Comunidad de Madrid.

Gloria Marsella Chumbera-Psicóloga. Ludopatía y sus adicciones.

Profesor J. A. Ramón Brieva. Servicio de psiquiatría Hospital "Ramón y Cajal" de Madrid.

Adicciones. Canal Salud. Terra.

Diario el mundo. Edición digital. Diciembre 2005