

## QUE ES EL JUEGO PATOLOGICO O LUDOPATIA?

El juego patológico (o ludopatía), es una enfermedad mental caracterizada por los siguientes síntomas: preocupación por el juego, necesidad de jugar con cantidades crecientes de dinero, fracasos repetidos por detener el juego, inquietud e irritabilidad cuando intenta interrumpir o detener el juego, utilización del juego como mecanismo distractor de los problemas cotidianos, intentos repetitivos de recuperación del dinero perdido, tendencia a la mentira para ocultar el problema o para conseguir dinero para seguir jugando, cometimiento en algunos casos de actos ilegales, pérdida de relaciones interpersonales significativas, oportunidades laborales o educativas por el juego, confianza en que los demás apoyarán las deudas que adquirió en el juego.

El juego patológico también conocido como ludopatía está descrito como una adicción no farmacológica, cumple con los criterios de tolerancia, dependencia y abstinencia; la **Asociación Americana de Psiquiatría (APA)** lo incluye en el apartado de trastornos de control de impulsos. La prevalencia de juego patológico no está aún establecida en Colombia, pero se reconoce como causa cada vez más frecuente de consulta psiquiátrica. Particularidades de esta patología incluyen alta comorbilidad, y efectos en los campos laboral, familiar y judicial.

Actualmente, a pesar de ser clasificado por los manuales de clasificación en salud mental como un trastorno de control de los impulsos, la línea nosológica con mayor fuerza es la que considera a la ludopatía o juego patológico como una adicción caracterizada por un déficit progresivo en el control del impulso de jugar.

### **Criterios Diagnosticos del Juego Patológico**

Comportamiento de juego desadaptativo, persistente y recurrente, caracterizado por lo menos por cinco (o más) de los siguientes síntomas:

Preocupación por el juego (p.ej., preocupación por revivir experiencias pasadas de juego, compensar ventajas entre competidores o planificar la próxima aventura, o pensar formas de conseguir dinero con el que jugar).

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.

Inquietud o irritabilidad cuando intenta interrumpir o detener el juego.

El juego se utiliza como estrategia para escapar de los problemas o para aliviar la disforia (p.ej., sentimientos de desesperanza, culpa, ansiedad, depresión).

Después de perder dinero en el juego, se vuelve otro día para intentar recuperarlo (tratando de 'cazar' las propias pérdidas).

Se engaña a los miembros de la familia, terapeutas u otras personas para ocultar el grado de implicación con el juego.

Se cometen actos ilegales, como falsificación, fraude, robo o abuso de confianza para financiar el juego.

Se han arriesgado o perdido relaciones interpersonales significativas, trabajo y oportunidades educativas o profesionales debido al juego.

Se confía en que los demás proporcionen dinero que alivie la desesperada situación financiera causada por el juego.

## ¿EN QUE CONSISTE EL TRATAMIENTO?

El tratamiento debe ser realizado por equipo profesional, aunque se considera una "adicción no farmacológica", no se recomienda el tratamiento en grupo de personas con problemas de adicción a sustancias. Se deben realizar terapias individuales, de pareja, familia o grupo, según abordaje personalizado, el cual aborda no sólo los problemas de comportamiento, sino también los problemas físicos y las repercusiones en sus estudios, familias, trabajo, en la vida social y problemas jurídicos y financieros.

### 1. TERAPIAS COGNITIVAS COMPORTAMENTALES

Dirigidas al control del paciente sobre el juego. La terapia es el cese de la conducta de juego. Esta terapia afronta el comportamiento adictivo del juego en forma directa para favorecer su extinción y a la vez recurre a otras ciencias del comportamiento para dar una explicación clara y coherente del problema, para que el paciente comprenda la magnitud de su problema y así lo pueda abandonar.

El paciente por medio de su experiencia comprueba cómo los sentimientos, pensamientos y conducta son irracionales y errados. El terapeuta y el paciente trabajan juntos evaluando y desarrollando soluciones a los problemas.

### 2. PSICOTERAPIAS INDIVIDUALES

Son útiles para que los jugadores aprendan más sobre la enfermedad, el porqué y para qué necesitan jugar, cuáles serían las alternativas para el cambio donde va a ayudarles a manejar sus problemas y dificultades de la vida cotidiana y así una mejor calidad de vida para el y su entorno.

### 3. TERAPIAS DE FAMILIA Y/O PAREJA

La familia del jugador siempre termina involucrada en el problema, no sólo en la parte emocional, sino también en la parte económica y legal, por eso es importante las terapias familiares o de pareja para poder ayudar al paciente y su familia que terminaron involucrados por el juego

### 4. JUGADORES ANÓNIMOS

Grupo de autoayuda de personas con problemas de juego, en el cual se comparten la experiencia, la fuerza y la esperanza de poder resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del problema del juego.

### 5. TRATAMIENTO FARMACOLOGICO

En algunos casos los Jugadores Patológicos necesitan tratamiento farmacológico ya que presentan, depresión, ideas de suicidio, ansiedad etc., por lo cual requieren tratamiento con antidepresivos u otros medicamentos.

### 6. ASESORIA JURIDICA

Los jugadores patológicos deben manejar las repercusiones legales del juego por lo cual se daría asesoría jurídica.

psicoterapéuticas, farmacológicas, terapia de pareja, terapia de familia, terapias individuales, grupos de autoayuda y asesoría financiera y judicial.

## RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR Y LA FAMILIA

1. El que tiene que perdonarse es uno mismo.
2. Las mentiras del jugador son una consecuencia del juego y forman parte del problema que hay que resolver.
3. Una vez que el jugador ha contraído deudas este tiene que remediarlas, pero resolver el problema económico no es resolver el problema del juego.
4. La familia es una ayuda para resolver los problemas, pero el responsable es el jugador que tiene que participar en la resolución de los problemas.
5. El jugador tendrá que asumir que la tensión en la familia permanecerá durante mucho tiempo; eso forma parte del problema del juego y no desaparecerá aunque este algún tiempo sin jugar.
6. Ser jugador no significa ser mal padre, mal hijo o mal esposo, significa tener un grave problema y que necesita tratamiento.
7. La relación entre el padre y sus hijos es un tema importante con independencia del juego.

## PREGUNTAS REFLEXIVAS

### AL JUGADOR

- ¿Qué edad tengo? ¿En que año empecé a jugar? ¿si dejo de jugar como me sentiré?
- ¿Para que juego y porque me cuesta trabajo hablar con mi familia?
- ¿Será que podré recuperar la dignidad ante los demás?
- ¿Será que soy mal padre, mal hijo, mal esposo por ser jugador?
- ¿Cómo podré controlar la adicción al juego?

### A LA ESPOSA

- ¿A quien podrá traicionar o engañar mi marido jugando en exceso?
- ¿Si no hubiese jugado, tendríamos más confianza?
- ¿Toda la confianza y tranquilidad que necesito me la va a dar él?
- ¿Todo lo que hace, piensa y siente mi marido

debo conocerlo yo y es mi responsabilidad?

- ¿Cómo tendré que respetar al padre de mis hijos que tiene problemas con el juego?

## A LOS HIJOS

- ¿Qué tendré que hacer por mi padre para que deje de jugar?
- ¿Qué me gusta de mi padre independientemente del juego?
- ¿Que tendré que hacer para que las relaciones entre mis padres estén mejor?
- ¿Cómo podría hablar con mis hermanos del problema del juego de mi padre?

### **Las reflexiones son posibilidades. No hay soluciones únicas.**

El tratamiento adecuado debe incluir medidas psicoterapéuticas, farmacológicas, terapia de pareja, terapia de familia, terapias individuales, grupos de autoayuda y asesoría financiera y judicial.

### **RECOMENDACIONES PARA MATRIMONIOS EN QUE LA MUJER TIENE PROBLEMAS CON EL JUEGO**

1. Las mejores madres también tienen problemas. El mejor ejemplo para los hijos no es tener problemas que tal vez una no puede solucionar sola.
2. Ser jugadora no significa ser incompetente como madre, esposa, ama de casa, etc. Es signo de tener un problema que tal vez no puede solucionar sola.
3. El manejo del dinero en la familia y de manera especial en las familias con problemas de juego es una área muy importante y sensible. El objetivo es desarrollar la confianza y la autonomía, y no la persecución o la crítica. El control en el manejo del dinero solamente podría conseguirse sobre la base del respeto y el cuidado máximo de la dignidad de la persona que juega.
4. El esposo no es culpable de la adicción de la esposa, aunque puede ayudar a que la situación mejore sensiblemente. La dinámica de la culpabilización mutua no es muy útil.
5. Ayudar a la mujer que juega no quiere decir asumir las responsabilidades de ella, sino ayudarla a reflexionar sobre el modo que estaba realizando las cosas.

6. Hablar con los hijos sobre el problema suele ser una ayuda para tranquilizarles y ayudarles a que cuenten con mas herramientas para comprender y colaborar sin que tengan que sentirse como amigos o enemigos.
7. La ludopatía es un problema al que se llega involuntariamente.
8. Nadie quiere se adicto, ni perjudicarse o perjudicar a los otros.

## PREGUNTAS REFLEXIVAS

### A LA JUGADORA

- ▣ ¿Qué cosas han cambiado de mi vida desde que empecé a jugar?
- ▣ ¿En que debería cambiar para mejorar mi vida?
- ▣ ¿Qué espero de los demás ante la situación en que me encuentro ahora?
- ▣ ¿Tener problemas con el juego, significa ser mala madre?
- ▣ ¿Con que relaciono mi dificultad para controlarme y que debo hacer?
- ▣ ¿Qué cosas me ayudarían a dejar de jugar?

### AL ESPOSO

- ▣ ¿Sería diferente como afrontaría el problema del juego si yo fuera el jugador?
- ▣ ¿Como me siento de ser esposo de una jugadora?
- ▣ ¿Estoy ayudando a mi mujer o más bien me estoy protegiendo a mi mismo?
- ▣ ¿Me siento responsable de su problema? ¿y de su rehabilitación?
- ▣ ¿Será que puedo respetarla como esposa y madre a pesar del problema del juego?

### A LOS HIJOS

- ▣ ¿Qué hace a mi madre tan frágil al juego?
- ▣ ¿Qué tendré que hacer por mi madre para que deje de jugar?

- ¿Qué me gusta de mi madre independientemente del juego?
- ¿Que tendré que hacer para que las relaciones entre mis padres estén mejor?
- ¿Cómo podría hablar con mis hermanos del problema del juego de mi madre?
- ¿Para que y porque debo hacer de madre cuando mi propia madre tiene problemas con el juego?

### **Las reflexiones son posibilidades. No hay soluciones únicas.**

Bibliografía: Miguel Garrido, Pedro Jaén y Ana Domínguez. 2004. Ludopatía y relaciones familiares. Editorial. Paidós.

El tratamiento adecuado debe incluir medidas psicoterapéuticas, farmacológicas, terapia de pareja, terapia de familia, terapias individuales, grupos de autoayuda y asesoría financiera y judicial.

### **RECOMENDACIONES PARA JOVENES CON PROBLEMAS CON LUDOPATÍA**

*“Yo lo veía venir..... quien lo diría de ese joven”*

1. Jugar a juegos divertidos y emocionantes es una de las cosas más gratificantes de la vida.
2. Repetir los problemas de juego de los propios padres no hace más que aumentar las dificultades.
3. Volver a recuperar la confianza es un proceso. Es normal que la familia la haya perdido.
4. Aunque parezca imposible, tus padres pueden llegar a ciertos acuerdos sobre como tratarte de forma más útil, cercana y con confianza.
5. Puedes buscar amigos fuera del entorno del juego problemático. Ellos no son verdaderamente tus amigos.
6. Recuerda que las explicaciones que des del juego, este se ha convertido en un habito y no resulta fácil dejarlo de forma rápida.
7. El juego puede darle sentido a tu vida, pero parece que es un sentido limitado y quizá dañino.
8. Nadie quiere se adicto, ni perjudicarse o perjudicar a los otros.

## PREGUNTAS REFLEXIVAS

### A LOS PADRES DE UN JOVEN JUGADOR

- ¿Cómo puedo hacer para dejar de sentirme culpable o culpar a mi pareja de lo que le pasa a nuestro hijo?
- ¿Qué ocurrió en la vida o que hice yo mismo para no tener esos problemas cuando era joven y cómo puedo transmitírselo a mi hijo sin culparle o reprochárselo?
- ¿Qué ha podido ocurrir en mi vida para que mi hijo tenga problemas parecidos a los míos y como puedo hablarlo con él sin culparme o culparle?
- ¿Tiene algo que ver la forma de relacionarnos como pareja con los problemas que presenta nuestro hijo?
- ¿Qué es mas importante para nosotros, controlarlo todo y dar una buena imagen o recuperar la confianza y favorecer la esperanza?
- ¿Cómo recuperar la dignidad y confianza como padres a pesar de que otras personas nos tienen que ayudar?
- ¿Cómo podemos ayudar a nuestro hijo con problemas sin hacer comparaciones con los otros hermanos.?

### AL JOVEN JUGADOR

- ¿A que edad me veo sin problemas con el juego?
- ¿Qué pasaría si decidiera confiar en alguien?
- ¿Si quiero dejar de ser jugador, en que me convertiría?
- ¿Qué debería hacer mi familia para ayudarme a salir del juego?
- ¿Cómo me imagino que me trataría mi familia cuando no tenga problemas con el juego?

**Las reflexiones son posibilidades. No hay soluciones únicas.**

## RECOMENDACIONES PARA PERSONAS QUE VIVEN SOLAS Y/O SEPARADAS CON JUEGO PATOLÓGICO

1. El dolor tiene significados y es mejor tratarlo y no negarlo.
2. La tristeza y la soledad son sentimientos humanos normales de la vida. Si no los aprovechamos.
3. El juego no es el mejor compañero aunque lo parezca en ocasiones.
4. Es una pena cambiar las relaciones familiares y de amigos por las relaciones con el juego.
5. Puede ser importante que te preguntes que colocabas en tus relaciones anteriores y como las has sustituido por tus relaciones con el juego.
6. Una madre o padre solo también puede aportar a los demás y tiene derecho a construir un nuevo mundo.

## PREGUNTAS REFLEXIVAS

### AL JUGADOR

- ¿Alguna vez pensé que me iba a quedar solo?
- ¿Quién quiero ser si estoy solo o acompañado?
- ¿Me da miedo o vergüenza relacionarme y necesito del juego?
- ¿Mi familia prefiere que juegue o que busque un nuevo compañero/a?
- ¿Me aceptarán mis hijos si decido no consolarme con el juego y comienzo a hacer una vida más independiente?
- ¿En que medida mi relación con el juego es incluso un poco mejor que las que he tenido anteriormente con mis compañeros o mi familia?
- ¿Puede que alguna vez pensara que con el juego podría tener más posibilidades de entablar relaciones?
- ¿Cómo me veo solo sin jugar?

### A LOS FAMILIARES

- ¿Cómo podríamos acercarnos a nuestro

padre/madre o a nuestro hermano/na tras un largo periodo de lejanía?

- ¿Podría ser que el problema del juego sea una petición de ayuda y de acercamiento?
- ¿En que medida podemos colaborar para que nuestro familiar no se sienta obligado a ser eternamente fiel a nuestro padre/madre?
- ¿Estoy dispuesto/a a acompañar sin exigir ni imponer?
- ¿Cómo puede estar una persona sola o sentirse sola en una familia tan grande?
- ¿Cómo me veo yo en una situación parecida a la de mi familia?

**Las reflexiones son posibilidades. No hay soluciones únicas.**

Bibliografía: Miguel Garrido, Pedro Jaèn y Ana Domínguez. 2004. Ludopatía y relaciones familiares. Editorial. Paidós.