

EFECTOS Y CONSECUENCIAS DE LA LUDOPATÍA



**Confederación
Don Bosco**

Este material ha sido elaborado por la Confederación Don Bosco, como parte del programa Pasaporte 0,0 dentro de la línea de Educación para la Salud, en colaboración con Joaquín Manuel González Cabrera, licenciado y doctor en Psicología por la Universidad de Granada. Máster en Psicología de la Intervención Social y Máster en Investigación y Avances en Medicina Preventiva y Salud Pública por la misma Universidad. Ha sido creado como recurso orientativo por lo que está abierto a las aportaciones y la experiencia de los agentes sociales que los vayan a utilizar. Esperamos que la información y las dinámicas ofrecidas os sean útiles en vuestra labor preventiva. Asimismo, queremos agradecer y alabar el trabajo y la dedicación de los jóvenes voluntarios como impulsores de hábitos de vida saludable.

EL JUEGO: ¿AFICIÓN O ADICCIÓN?

El juego de azar es una actividad que puede ser considerada como una afición para algunas personas, pero también puede convertirse en una adicción para otras. La adicción al juego, también conocida como ludopatía, se caracteriza por la necesidad compulsiva e incontrolable de apostar, lo que puede llevar a problemas financieros, problemas de relación, y problemas de salud mental.

Es importante distinguir entre la afición y la adicción al juego de azar. Una persona que disfruta de apostar de vez en cuando, sin que esto afecte negativamente su vida, puede considerarse como un jugador recreativo. Sin embargo, una persona que apuesta de manera compulsiva, sin control y sin importar las consecuencias, puede tener un problema de adicción al juego. Es importante recordar siempre que los menores de edad deberían estar alejados del juego en cualquiera de sus modalidades y que no es admisible que ninguno lo realice antes de ser mayor de edad.

EL JUEGO DE AZAR: DESDE LO TRADICIONAL A LAS APUESTAS ONLINE. PREVALENCIA DEL PROBLEMA.

A lo dicho en el punto anterior, hay que sumarle una explicación más técnica sobre qué es el juego patológico. Para ello, seguiremos la publicación del Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales en su quinta edición (DSM-5)¹ y su versión revisada (DSM-5-TR)² realizado por la Asociación Estadounidense de Psiquiatría, que nos señala el juego patológico como una adicción conductual. Algunos de los síntomas de la adicción al juego de azar sobre los que tienes que estar alerta con tu grupo incluyen la necesidad de que algún chico/a tenga los siguientes comportamientos: 1) necesite aumentar las apuestas para sentir la emoción del juego (jugar más y apostar más), 2) intente recuperar las pérdidas a través de nuevas apuestas, 3) mienta sobre el dinero gastado en el juego, 4) descuide responsabilidades importantes para poder jugar, 5) tenga consecuencias para su vida personal, y 6) haya una negación del problema de adicción.

Si bien en la propuesta de la Asociación Estadounidense de Psiquiatría no se recoge el juego online como tal, en la Clasificación internacional de enfermedades (11ª edición-CIE-11) realizada por la Organización Mundial de la Salud³, sí se habla del Trastorno por juego y del juego predominante online. Tanto el juego patológico tradicional como el online, se han asociado a diversas problemáticas para la salud de los jugadores, su salud mental, problemas de carácter social y familiar e incluso conducta criminal para financiar su actividad^{4,5,6,7}.

Las apuestas online son un problema clínico y social de primera magnitud que comienza a ser especialmente prevalente y preocupante en la adolescencia. Aunque el juego problemático online ha sido analizado en profundidad en los últimos años, sus inicios se remontan a la mitad de la década de los noventa, donde empezó a crecer rápidamente y convertirse en una importante actividad de ocio en la que participan millones de personas en todo el mundo. Debido a la penetración de la tecnología e Internet, el juego online se ha popularizado y en la actualidad, los juegos de azar en línea adoptan una gran variedad de formas tales como bingos, juegos de cartas (e.g. póker) o apuestas deportivas. Las cifras oficiales proporcionadas por el Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones en 2022 indican que en la franja de 14-18 años el 17.2% afirma haber jugado con dinero en los últimos 12 meses presencialmente y el 9.4% online (siendo el 6.4% el que ha jugado en ambas modalidades)⁸. La media de edad de comienzo del juego presencial



es de 14.6 años y del online a los 15 años en los datos de 2021. En esta línea, en el caso de los menores de edad la tasa de prevalencia de jugadores patológicos online es del 2,1% triplicando los resultados de la población adulta⁹. Otro estudio señala que casi el 33% de los adolescentes participantes habían apostado en los últimos 12 meses y que de estos casi el 1% presentan un problema clínico de juego patológico online. Además, algo más del 6% estaban en una situación de riesgo⁷.

¿CUÁNDO PENSAR EN UN PROBLEMA DE JUEGO PATOLÓGICO?

Como ya hemos indicado, el juego patológico es un trastorno mental caracterizado por la necesidad incontrolable de jugar y apostar, lo que lleva a consecuencias negativas para la vida personal, laboral y financiera del individuo. Esto hay que diferenciarlo de la conducta recreativa puntual o incluso un cierto hábito de juego, que podrían considerarse conductas de riesgo para este problema, pero no constituirían un problema en sí. No obstante, podemos tener una máxima general: "no hay problema de juego, si no se apuesta" (este es el factor protector, el mejor).

Si ves que algún chico/a presenta alguna de estas señales habla, con él y con su familia/responsables, ya que son indicadores importantes:

- Jugar y apostar de manera frecuente y persistente, incluso cuando se han acumulado grandes pérdidas financieras.
- Mentir sobre el tiempo y el dinero gastado en el juego.
- Experimentar ansiedad, estrés o irritabilidad cuando no se puede jugar o apostar (por ejemplo, cuando está en los campamentos o en el centro escolar).
- Ignorar las responsabilidades personales y laborales para jugar o apostar.
- Recurrir al juego para escapar de problemas emocionales o de la vida cotidiana.
- Gastar cada vez más tiempo y dinero en el juego para lograr la misma satisfacción.

LAS APUESTAS DEPORTIVAS: DIVERSIÓN + PROBLEMAS

Las apuestas deportivas se han popularizado enormemente en los últimos años, ofreciendo a los aficionados la oportunidad de apostar en sus deportes favoritos y eventos deportivos. Este tipo de apuestas conectan muy bien con los adolescentes y jóvenes, ya que envuelven estos mecanismos aleatorios de recompensa en un boato de interés general, ampliamente conocido y socialmente valorado: el deporte. Aunque para muchas personas las apuestas deportivas son una forma de entretenimiento y diversión, para otras pueden convertirse en un problema que afecta a su bienestar y calidad de vida. Si bien todas las casas de apuestas presentan riesgos importantes, las de naturaleza deportiva podemos considerarlas de las más peligrosas debido a la contingencia entre el estímulo (apostar) y la recompensa (saber si has ganado/perdido). En el informe de 2022 del Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones⁹, las apuestas deportivas son el tipo de apuesta más frecuente (si tenemos en cuenta conjuntamente la modalidad presencial y online) en la franja de 14-18 años y por ello uno de los puntos que se deben abordar con los jóvenes de estas edades principalmente.

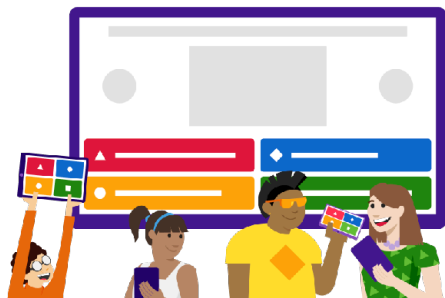
En primer lugar, es importante destacar que las apuestas deportivas pueden tener riesgos financieros significativos. Apostar grandes cantidades de dinero o apostar con frecuencia puede llevar a problemas financieros y a la acumulación de deudas⁹, lo que a su vez puede tener efectos negativos en la salud mental y emocional de una persona.

Además, las apuestas deportivas pueden convertirse en un problema de adicción, aunque su formato sea socialmente más divertido y esté "mejor visto". Recuerda que las personas que desarrollan un problema de juego patológico pueden sentir la necesidad de jugar con más frecuencia y de invertir cantidades mayores de dinero para obtener la misma emoción que antes, lo que puede llevar a una espiral de adicción y consecuencias negativas en su vida.



LAS CAJAS DE BOTÍN: LA APUESTA ENCUBIERTA EN LOS VIDEOJUEGOS.

Recientemente, se ha suscitado interés en torno a una problemática insidiosa que afecta especialmente a los adolescentes: las cajas de botín. Estas también son conocidas en el entorno de los videojuegos por su nombre en inglés: loot boxes. En román paladino, podríamos definir las rápidamente como "apuestas encubiertas dentro de un videojuego". No obstante, esta definición es muy general y debemos matizarla con



más detalle. Las cajas de botín son un tipo de micro transacción (compras dentro de un videojuego), pero que tienen la característica de estar asociadas a mecanismos aleatorios de recompensa (no sabes qué vas a obtener y muchas veces ni siquiera sabes la probabilidad de obtener el objeto que deseas). Una caja de botín y una micro transacción se diferencian porque en la segunda sabes que el gasto que realizas es sobre un objeto concreto (conocido), pero en la caja de botín lo que compras es la posibilidad (muy baja normalmente) de conseguirlo. No es lo mismo invertir un euro en comprar una espada flamígera para tu personaje en cierto juego que invertir un euro en una caja que contiene un 10% de posibilidades de conseguir esa espada o un 1% de conseguir otra mejor. Cuando la adquisición de una caja de botín se produce con dinero real (ya sea con una compra directa con una tarjeta de crédito, con una tarjeta pre-pago o mediante el cambio de dinero por "moneda del juego") hablamos de que es una apuesta (a veces encubierta porque está dentro de un entorno lúdico del que disfrutan muchos menores)¹⁰. Las cajas de botín aparecen continuamente en los videojuegos usados por los menores, tanto en el entorno del teléfono móvil como en otros juegos de pc/console. El mayor problema de las cajas de botín es que, al estar en el ecosistema de los videojuegos y muchos de ellos ser para menores de 18 años, hace que potencialmente muchos de ellos estén expuestos a ellas. Hablar con tus chicos/as sobre estas prácticas y que puedan darse cuenta de que están apostando, sin darse cuenta muchas veces, es clave para que entiendan los riesgos de estas

conductas. Trabajar el tema con las familias de tu alumnado es también importante.

El sistema de recompensas que subyace en las cajas botín es similar a los programas de refuerzo de proporción variable presentes en el juego de apuestas online o en las tragaperras. Esto puede promover distorsiones cognitivas, lo que supone un riesgo para los adolescentes ajenos a estos mecanismos y sistemas de recompensa¹¹. Según un reciente estudio, 1 de cada 5 juegos cumple los criterios para considerarse juego de apuesta¹². Uno de los datos más preocupantes es que el 56% de los juegos para móvil que contienen loot boxes se consideran aptos para niños a partir de siete años, el 93% para niños a partir de 12 años¹³ y esta cifra ha podido crecer en los últimos años. En el contexto español, el análisis de este fenómeno se ha llevado a cabo recientemente indicando que la prevalencia de la compra de cajas de botín (una, al menos, en los últimos 12 meses) es una realidad que reportan hasta el 28.9% de los más de 4000 menores estudiados¹⁴.

CONSEJOS PARA MONITORES/AS

- Sugiere que no se debe utilizar el juego de apuesta como una forma de escape: Es importante asegurarse de que el juego no se convierta en una forma de evadirse de problemas personales o emociones difíciles. En lugar de eso, buscar otras formas de manejar el estrés y las emociones negativas, como la meditación, el ejercicio o hablar con un amigo o un terapeuta (o contigo como monitor/a).
- Es importante hablar/aprender sobre el juego conociendo los riesgos, sus consecuencias, las estrategias de las empresas para ganar dinero, los ganchos que se utilizan, las probabilidades reales de ganar, etc. También hablar de formas de juego, que por ser más cercanas y atractivas, es necesario abordarlas con más detalle: apuestas deportivas y cajas de botín, por ejemplo.
- Hablar sobre el juego responsable: Si los niños están expuestos a los juegos de azar, es mejor hablar con ellos sobre cómo hacerlo de manera responsable. Explique la importancia de establecer un presupuesto y no excederlo, y de nunca jugar con dinero prestado o dinero que no puedan permitirse perder.
- Hablar sobre los valores. Es interesante discutir sobre los valores familiares/personales y la importancia de tomar decisiones responsables y éticas que afectan a uno y a las personas que uno/a quiere. Hablen sobre cómo el juego puede ser



perjudicial no solo para cada uno/a sino también para la familia, la pareja, otros amigos, los estudios/trabajo, etc.

- Enseñar habilidades de toma de decisiones con la que ayudar a los niños/adolescentes a que tomen decisiones informadas, conscientes y sopesando información lo más veraz y objetiva posible. Es importante que sepan cómo tomar decisiones saludables y que desarrollen habilidades de resolución de problemas. En el contexto del juego existen muchos sesgos cognitivos que suelen pasar desapercibidos por estar asumidos socialmente.
- En relación con lo anterior, es importante hablar sobre los efectos psicológicos que provocan una alteración del procesamiento de la información (los llamados sesgos cognitivos) y su aplicación al juego:
 - La ilusión de control que consiste en que el resultado de una apuesta depende del quehacer del jugador/a. Por ejemplo, pensar que un "tótem/amuleto" determinado puede ayudar a ganar o que tal ritual previo aumenta la probabilidad de ganar. En las apuestas deportivas se confía en "el conocimiento sobre mi deporte favorito".
 - La suerte como responsable del ganar (confundiendo suerte y azar). La suerte es un factor particular y subjetivo, pero el azar es un fenómeno relacionado con lo aleatorio de la vida que no depende de la persona y sobre el que no tenemos control.
 - Azar como proceso de autocorrección. Esto quiere decir que la probabilidad de un evento futuro (normalmente ganar) será mayor cuando peores hayan sido los resultados pasados. Esta asociación es falsa, ya que en cada partida la probabilidad de ganar es la misma (al margen de lo que ocurrió en la anterior).
 - Fijarse en frecuencias absolutas y, por tanto, prestar atención únicamente a lo que se ha ganado. Por ello es muy importante apuntar el balance de las cantidades ganadas y pérdidas.
- Si consideráis que los chicos/as van a jugar, es importante inculcar que deben establecer límites claros de tiempo y dinero para el juego. Esto puede ayudar a prevenir la tentación de seguir jugando más allá de lo que es razonable o a gastar más de lo que se puede permitir.

- Por desgracia sabemos que los menores acceden con cierta frecuencia y facilidad a locales que permiten el juego presencial (como los de apuestas deportivas), pero es aún más difícil evitar el juego en línea. Esta actividad puede volverse privada y difícilmente observable, por lo que hay que hablar de los riesgos de tener un "casino" en la "palma de la mano". Adviértales que es un riesgo importante instalarse una aplicación de apuestas en el móvil.
- Animarlos a mantener las líneas de comunicación abiertas con su familia y amistades más importantes. Hable con sus chicos/as sobre cualquier inquietud que puedan tener sobre el juego y asegúrese de que se sientan cómodos para hablar con usted sobre cualquier problema que puedan enfrentar en el futuro.
- Hay que dar alternativas de ocio saludables y positivas (especialmente fuera del juego online). Anime a sus chicos/as a involucrarse en actividades como deportes, música, arte y actividades al aire libre. Es también importante ayudarles a encontrar aspectos personales de desarrollo personal y creativo. Esto no solo puede ayudar a mantenerlos alejados del juego, sino que también puede fomentar su desarrollo físico, emocional y social.
- Por último,anímeles a que si lo necesitan busquen ayuda para ellos o para otros compañeros/as del grupo. Si ellos creen que el juego está empezando a afectar su vida de manera negativa (o la de un tercero) que no duden en buscar ayuda (empezando por ti).

REFERENCIAS

1. American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
2. American Psychiatric Association. (2022). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed., text rev.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>
3. Organización Mundial de la Salud. (2019). Clasificación estadística internacional de enfermedades y problemas de salud relacionados (11ª ed.). <https://icd.who.int/>
4. Petry, N. M., & Gonzalez-Ibanez, A. (2015). Internet gambling in problem gambling college students. *Journal of gambling studies*, 31(2), 397–408. <https://doi.org/10.1007/s10899-013-9432-3>
5. Geisner, I. M., Bowen, S., Lostutter, T. W., Cronce, J. M., Granato, H., & Larimer, M. E. (2015). Gambling-Related Problems as a Mediator Between Treatment and Mental Health with At-Risk College Student Gamblers. *Journal of gambling studies*, 31(3), 1005–1013. <https://doi.org/10.1007/s10899-014-9456-3>
6. Griffiths, M. D., Wardle, H., Orford, J., Sproston, K., & Erens, B. (2009). Socio-demographic correlates of Internet gambling: Findings from the 2007 British gambling prevalence survey. *CyberPsychology & Behavior*, 12(2), 199–202.
7. González-Cabrera, J., Machimbarrena, J. M., Beranuy, M., Pérez-Rodríguez, P., Fernández-González, L. y Calvete, E. (2020). Design and Measurement Properties of the Online Gambling Disorder Questionnaire (OGD-Q) in Spanish Adolescents. *Journal of Clinical Medicine*, 9, 120. <https://doi.org/10.3390/jcm9010120>
8. Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones (2022). Informe sobre Trastornos Comportamentales 2022: Juego con dinero, uso de videojuegos y uso compulsivo de internet en las encuestas de drogas y otras adicciones en España EDADES y ESTUDES. Madrid: Ministerio de Sanidad. Consultar: https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/sistemaInformacion/pdf/2022_Informe_Trastornos_Comportamentales.pdf
9. Chóliz, M. (2017). "¡Hagan juego, menores!". Frecuencia de juego en menores de edad y su relación con indicadores de adicción al juego. *Revista Española de Drogodependencias*, 42(1), 34–47.

10. Montiel, I., Basterra-González, A., Machimbarrena, J.M., Ortega-Barón, J. y González-Cabrera, J. (2022). Loot boxes: A scoping review on primary studies of prevalence and association with problematic gaming and gambling. Plos One. 10.1371/journal.pone.0263177
11. Kristiansen, S., & Severin, M. C. (2020). Loot box engagement and problem gambling among adolescent gamers: Findings from a national survey. Addictive Behaviors, 103, 106254. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106254>
12. Drummond, A., Sauer, J. D., Hall, L. C., Zendle, D., & Loudon, M. R. (2020). Why loot boxes could be regulated as gambling. Nature Human Behaviour, 4(10), 986–988. <https://doi.org/10.1038/s41562-020-0900-3>
13. Zendle, D., Meyer, R., Cairns, P., Waters, S., & Ballou, N. (2020). The prevalence of loot boxes in mobile and desktop games. Addiction, 115(9), 1768–1772. <https://doi.org/10.1111/add.14973>
14. González-Cabrera, J., Basterra-González, A., Montiel, I., Calvete, E., Pontes, H. & Machimbarrena, J. M. (2022). Loot boxes in Spanish adolescents and young adults: relationship with Internet Gaming Disorder and Online Gambling Disorder. Computers in Human Behavior, 126. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107012>



Este material ha sido elaborado por la Confederación Don Bosco, como parte del programa Pasaporte 0,0 dentro de la línea de Educación para la Salud, en colaboración con Joaquín Manuel González Cabrera, licenciado y doctor en Psicología por la Universidad de Granada. Máster en Psicología de la Intervención Social y Máster en Investigación y Avances en Medicina Preventiva y Salud Pública por la misma Universidad. Ha sido creado como recurso orientativo por lo que está abierto a las aportaciones y la experiencia de los agentes sociales que los vayan a utilizar. Esperamos que la información y las dinámicas ofrecidas os sean útiles en vuestra labor preventiva. Asimismo, queremos agradecer y alabar el trabajo y la dedicación de los jóvenes voluntarios como impulsores de hábitos de vida saludable.



www.pasaporteo0.org



**Confederación
Don Bosco**

FINANCIADO POR:

	MINISTERIO DE SANIDAD	SECRETARÍA DE ESTADO DE SANIDAD
		DELEGACIÓN DEL GOBIERNO PARA EL PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS
	GOBIERNO DE ESPAÑA	MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES Y AGENDA 2030
<input checked="" type="checkbox"/>	POR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL	