

EFECTES I CONSEQÜÈNCIES DE LA LUDOPATIA



**Confederación
Don Bosco**

Aquest material ha estat elaborat per la Confederació Don Bosco, com a part del programa Passaport 0,0 dins la línia d'Educació per a la Salut, en col·laboració amb Joaquín Manuel González Cabrera, llicenciat i doctor en Psicologia per la Universitat de Granada. Màster en Psicologia de la Intervenció Social i Màster en Investigació i Avenços en Medicina Preventiva i Salut Pública per la mateixa Universitat. Ha estat creat com a recurs orientatiu pel que està obert a les aportacions i l'experiència dels agents socials que els utilitzin. Esperem que la informació i les dinàmiques ofertes us siguin útils en la vostra labor preventiva. Així mateix, volem agrair i lloar el treball i la dedicació dels joves voluntaris com a impulsors d'hàbits de vida saludable.

EL JOC: AFICIÓ O ADDICCIÓ?

El joc d'atzar és una activitat que pot ser considerada una afició per a algunes persones, però també es pot convertir en una addicció per a altres. L'addicció al joc, també coneguda com a ludopatia, es caracteritza per la necessitat compulsiva i incontrolable d'apostar, cosa que pot portar a problemes financers, problemes de relació i problemes de salut mental.

És important distingir entre l'afició i l'addicció al joc d'atzar. Una persona que gaudeix d'apostar de tant en tant, sense que això afecti negativament la seva vida, es pot considerar un jugador recreatiu. Tot i això, una persona que aposta de manera compulsiva, sense control i sense importar-ne les conseqüències, pot tenir un problema d'addicció al joc. És important recordar sempre que els menors d'edat haurien d'estar allunyats del joc en qualsevol de les seves modalitats i que no és admissible que cap d'ells ho faci abans de la majoria d'edat.

EL JOC D'ATZAR: DEL TRADICIONAL A LES APOSTES EN LÍNIA. PREVALENÇA DEL PROBLEMA.

Al que s'ha dit al punt anterior, cal afegir-hi una explicació més tècnica sobre què és el joc patològic. Per això, seguirem la publicació del Manual diagnòstic i estadístic dels trastorns mentals, en la seva cinquena edició (DSM-5)¹, i la versió revisada de la mateixa (DSM-5-TR)² feta per l'Associació Nord-americana de Psiquiatria, que assenyalava el joc patològic com una addicció conductual. Alguns dels símptomes de l'addicció al joc d'atzar sobre els quals has d'estar alerta amb el teu grup inclouen la necessitat que algun noi/a tingui els comportaments següents: 1) necessiti augmentar les apostes per sentir l'emoció del joc (jugar més i apostar més); 2) intenti recuperar les pèrdues a través de noves apostes; 3) menteix sobre els diners gastats en el joc; 4) descuida responsabilitats importants per poder jugar; 5) té conseqüències a la seva vida personal, i 6) hi ha una negació del problema d'addicció.

Si bé en la proposta de l'Associació Nord-americana de Psiquiatria no es recull el joc en línia com a tal, a la Classificació internacional de malalties (11a edició-CIE-11) feta per l'Organització Mundial de la Salut³, sí que es parla del trastorn per joc i del joc predominant en línia. Tant el joc patològic tradicional com el joc en línia s'han associat a diverses problemàtiques per a la salut dels jugadors, la seva salut mental, problemes de caràcter social i familiar i, fins i tot, conducta criminal per finançar-ne l'activitat^{4,5,6,7}.

Les apostes en línia són un problema clínic i social de primera magnitud que comença a ser especialment prevalent i preocupant en l'adolescència. Tot i que el joc problemàtic en línia ha estat analitzat en profunditat en els darrers anys, els seus inicis es remunten a la meitat de la dècada dels noranta, quan va començar a créixer ràpidament i a convertir-se en una important activitat d'oci en què hi participen milions de persones arreu del món. A causa de la penetració de la tecnologia i Internet, el joc en línia s'ha popularitzat i, en l'actualitat, els jocs d'atzar en línia adopten una gran varietat de formes, com ara bingos, jocs de cartes (p. ex., pòquer) o apostes esportives. Les xifres oficials proporcionades per l'Observatori Espanyol de les Drogues i les Addiccions el 2022 indiquen que, a la franja de 14-18 anys, el 17,2 % afirma haver jugat amb diners en els últims 12 mesos presencialment i el 9,4 %, en línia (sent el 6,4 % el que ha jugat en les dues modalitats)⁸. La mitjana d'edat d'inici del joc presencial és de 14,6 anys i, en el cas del joc en línia, de 15 anys, segons les dades del 2021.



En aquesta línia, en el cas dels menors d'edat, la taxa de prevalença de jugadors patològics en línia és del 2,1%, triplicant els resultats de la població adulta⁹. Un altre estudi assenyalava que gairebé el 33% dels adolescents participants havien apostat en els darrers 12 mesos i que, d'aquests, gairebé l'1% presenten un problema clínic de joc patològic en línia. A més, una mica més del 6% estaven en una situació de risc⁷.

QUAN S'HA DE PENSAR EN UN PROBLEMA DE JOC PATOLÒGIC?

Com ja s'ha indicat, el joc patològic és un trastorn mental caracteritzat per la necessitat incontrolable de jugar i apostar, cosa que comporta conseqüències negatives per a la vida personal, laboral i financera de l'individu. Cal diferenciar això de la conducta recreativa puntual o, fins i tot, un cert hàbit de joc, que podrien considerar-se conductes de risc per a aquest problema, però no constituïrien un problema en si. Això no obstant, podem tenir una màxima general: «no hi ha cap problema de joc si no s'aposta» (aquest és el factor protector, el millor).

Si veus que algun noi/a presenta algun d'aquests senyals, parla amb ell i amb la família/responsables, ja que són indicadors importants:

- Jugar i apostar de manera freqüent i persistent, fins i tot quan s'han acumulat grans pèrdues financeres.
- Mentir sobre el temps i els diners gastats en el joc.
- Experimentar ansietat, estrès o irritabilitat quan no es pot jugar o apostar (per exemple, quan és als campaments o al centre escolar).
- Ignorar les responsabilitats personals i laborals per jugar o apostar.
- Recórrer al joc per fugir de problemes emocionals o de la vida quotidiana.
- Dedicar cada cop més temps i diners al joc per aconseguir la mateixa satisfacció.

LES APOSTES ESPORTIVES: DIVERSIÓ + PROBLEMES

Les apostes esportives s'han popularitzat enormement en els darrers anys, ja que ofereixen als aficionats l'oportunitat d'apostar als seus esports i esdeveniments esportius preferits. Aquest tipus d'apostes connecten molt bé amb els adolescents i els joves, ja que envolten aquests mecanismes aleatoris de recompensa en una ostentació d'interès general, àmpliament coneguda i socialment valorada: l'esport. Encara que per a moltes persones les apostes esportives són una forma d'entreteniment i diversió, per a altres es poden convertir en un problema que afecta el seu benestar i la seva qualitat de vida. Tot i que totes les cases d'apostes presenten riscos importants, les de naturalesa esportiva podem considerar-se les més perilloses a causa de la contingència entre l'estímul (apostar) i la recompensa (saber si has guanyat/perdut). A l'informe de 2022 de l'Observatori Espanyol de les Drogues i les Addiccions⁸, les apostes esportives són el tipus d'aposta més freqüent (si tenim en compte conjuntament la modalitat presencial i en línia) a la franja de 14-18 anys i, per això, és un dels punts que cal abordar amb els joves d'aquestes edats principalment.

En primer lloc, cal destacar que les apostes esportives poden tenir riscos financers significatius. Apostar grans quantitats de diners o apostar sovint pot conduir a problemes financers i a l'acumulació de deutes, cosa que pot tenir efectes negatius en la salut mental i emocional d'una persona.

A més, les apostes esportives es poden convertir en un problema d'addicció, encara que el seu format sigui socialment més divertit i estigui més ben vist. Recorda que les persones que desenvolupen un problema de joc patològic poden sentir la necessitat de jugar amb més freqüència i d'invertir quantitats més grans de diners per obtenir la mateixa emoció que abans, cosa que pot portar a una espiral d'addicció i conseqüències negatives a la seva vida.



LES CAIXES DE BOTÍ: L'APOSTA ENCOBERTA ALS VIDEOJOC.

Recentment, s'ha suscitat interès al voltant d'una problemàtica insidiosa que afecta especialment els adolescents: les caixes de botí. Aquestes també són conegudes en l'àmbit dels videojocs pel seu nom en anglès: loot boxes. Parlant clar, podríem definir-les ràpidament com a «apostes encobertes dins d'un videojoc». Això no obstant, aquesta definició és molt general i cal matisar-la amb més detall. Les caixes de botí són



un tipus de microtransacció (compres dins d'un videojoc), però que tenen la característica d'estar associades a mecanismes aleatoris de recompensa (no saps què obtindràs i moltes vegades ni tan sols saps la probabilitat d'obtenir l'objecte que desitges). Una caixa de botí i una microtransacció es diferencien perquè, a la segona, saps que la despesa que fas és sobre un objecte concret (conegut), però a la caixa de botí el que compres és la possibilitat (molt baixa normalment) d'aconseguir-lo. No és el mateix invertir un euro a comprar una espasa flamígera per al teu personatge en un joc determinat que invertir un euro en una caixa que conté un 10 % de possibilitats d'aconseguir aquesta espasa o un 1 % d'aconseguir-ne una altra millor. Quan l'adquisició d'una caixa de botí es produeix amb diners reals (ja sigui amb una compra directa amb una targeta de crèdit, amb una targeta de prepagament o mitjançant el canvi de diners per moneda del joc) diem que és una aposta (de vegades encoberta perquè és dins d'un entorn lúdic de què gaudeixen molts menors)¹⁰. Les caixes de botí apareixen contínuament als videojocs a què juguen els menors, tant a l'entorn del telèfon mòbil com en altres jocs de PC o consola. El problema més gran de les caixes de botí és que, en estar a l'ecosistema dels videojocs, essent molts d'ells per a menors de 18 anys, potencia que molts hi estiguin exposats. Parlar amb els teus nois/es sobre aquestes pràctiques i que puguin adonar-se que estan apostant (sense ser-ne conscients moltes vegades) és clau perquè entenguin els riscos d'aquestes conductes. Treballar el tema amb les famílies del teu alumnat també és important.

El sistema de recompenses subjacent a les caixes botí és similar als programes de reforç de proporció variable presents en el joc d'apostes en línia o a les escurabutxaques. Això

pot promoure distorsions cognitives, cosa que suposa un risc per als adolescents aliens a aquests mecanismes i sistemes de recompensa¹¹. Segons un estudi recent, 1 de cada 5 jocs compleix els criteris per ser considerat un joc d'aposta¹². Una de les dades més preocupants és que el 56 % dels jocs per a mòbil que contenen loot boxes es consideren aptes per a nens a partir de set anys; el 93 % per a nens a partir de 12 anys¹³, i aquesta xifra ha pogut créixer en els darrers anys. En el context espanyol, l'anàlisi d'aquest fenomen s'ha dut a terme recentment indicant que la prevalença de la compra de caixes de botí (una, almenys, els darrers 12 mesos) és una realitat que reporten fins al 28,9 % dels més de 4000 menors estudiats¹⁴.

CONSELLS PER A MONITORS/ES

- Suggereix que no s'ha d'utilitzar el joc d'aposta com a forma d'escapament: És important assegurar-se que el joc no es converteixi en una forma d'evadir-se dels problemes personals o de les emocions difícils. En lloc d'això, cal cercar altres maneres de gestionar l'estrès i les emocions negatives, com la meditació, l'exercici o parlar amb un amic o un terapeuta (o amb tu, com a monitor/a).
- És important parlar i aprendre sobre el joc coneixent-ne els riscos, les conseqüències, les estratègies de les empreses per guanyar diners, els ganxos que s'utilitzen, les probabilitats reals de guanyar, etc. També parlar de les formes de joc que, pel fet de ser més properes i atractives, s'han d'abordar amb més detall: apostes esportives i caixes de botí, per exemple.
- Parlar sobre el joc responsable: Si els infants estan exposats als jocs d'atzar, és millor parlar amb ells sobre com fer-ho de manera responsable. Expliqueu la importància d'establir un pressupost i de no excedir-lo, i de no jugar mai amb diners prestats o diners que no es puguin permetre perdre.
- Parlar sobre els valors. És interessant discutir sobre els valors familiars/personals i la importància de prendre decisions responsables i ètiques que afecten un mateix i les persones que un/a estima. Parleu sobre com el joc pot ser perjudicial no només per a un mateix, sinó també per a la família, la parella, altres amics, els estudis/treball, etc.
- Ensenyar habilitats de presa de decisions amb les quals ajudar els infants/

adolescents a prendre decisions informades, conscients i sospesant informació el més veraç i objectiva possible. És important que sàpiguen com prendre decisions saludables i que desenvolupin habilitats de resolució de problemes. En el context del joc hi ha molts biaixos cognitius que solen passar desapercibuts perquè es donen per assumits.

- Relacionat amb això, és important parlar sobre els efectes psicològics que provoquen una alteració del processament de la informació (els anomenats biaixos cognitius) i la seva aplicació al joc:
 - La il·lusió de control, que consisteix que el resultat d'una aposta depèn de la feina del jugador/a. Per exemple, pensar que un tòtem/amulet determinat pot ajudar a guanyar o que aquest ritual previ augmenta la probabilitat de guanyar. A les apostes esportives, es confia en «el coneixement sobre el meu esport favorit».
 - La sort com a responsable de guanyar (confontent sort i atzar). La sort és un factor particular i subjectiu, però l'atzar és un fenomen relacionat amb allò aleatori de la vida que no depèn de la persona i sobre el qual no tenim control.
 - Atzar com a procés d'autocorrecció. Això vol dir que la probabilitat d'un esdeveniment futur (normalment guanyar) serà més gran quan pitjors hagin estat els resultats anteriors. Aquesta associació és falsa, ja que, a cada partida, la probabilitat de guanyar és la mateixa (independentment de què va passar a l'anterior).
 - Fixar-se en freqüències absolutes i, per tant, parar atenció únicament a allò que s'ha guanyat. Per això, és molt important apuntar el balanç de les quantitats guanyades i perdudes.
- Si considereu que els nois/es jugaran, és important inculcar que han d'establir límits clars de temps i diners per al joc. Això pot ajudar a prevenir la temptació de seguir jugant més enllà del que és raonable o de gastar més del que es pot permetre.
- Malauradament, sabem que els menors accedeixen amb certa freqüència i facilitat a locals que permeten el joc presencial (com els d'apostes esportives), però encara és més difícil evitar el joc en línia. Aquesta activitat pot tornar-se privada i difícilment observable, per tant, cal parlar dels riscos de tenir «un casino al palmell de la mà».

Adverteix-los que és un risc important instal·lar-se una aplicació d'apostes al mòbil.

- Animar-los a mantenir les línies de comunicació obertes amb la família i amistats més importants. Parleu amb els vostres nois/es sobre qualsevol inquietud que puguin tenir sobre el joc i assegureu-vos que se sentin còmodes per parlar amb vosaltres sobre qualsevol problema que puguin tenir en el futur.
- Cal donar alternatives de lleure saludables i positives (especialment fora del joc en línia). Animeu els vostres nois i noies a involucrar-se en activitats com ara esports, música, art i activitats a l'aire lliure. També és important ajudar-los a trobar aspectes personals de desenvolupament personal i creatiu. Això no només pot ajudar a mantenir-los allunyats del joc, sinó que també en pot fomentar el desenvolupament físic, emocional i social.
- Finalment, animeu-los que, si ho necessiten, busquin ajuda per a ells mateixos o per a altres companys/es del grup. Si ells creuen que el joc està començant a afectar la seva vida de manera negativa (o la d'un tercer), que no dubtin a buscar ajuda (començant per tu).

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>



Aquest material ha estat elaborat per la Confederació Don Bosco, com a part del programa Passaport 0,0 dins la línia d'Educació per a la Salut, en col·laboració amb Joaquín Manuel González Cabrera, llicenciat i doctor en Psicologia per la Universitat de Granada. Màster en Psicologia de la Intervenció Social i Màster en Investigació i Avenços en Medicina Preventiva i Salut Pública per la mateixa Universitat. Ha estat creat com a recurs orientatiu pel que està obert a les aportacions i l'experiència dels agents socials que els utilitzin. Esperem que la informació i les dinàmiques ofertes us siguin útils en la vostra labor preventiva. Així mateix, volem agrair i lloar el treball i la dedicació dels joves voluntaris com a impulsors d'hàbits de vida saludable.



www.pasaporte00.org



**Confederación
Don Bosco**

FINANÇAT PER

	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	