

EFFECTOS E CONSECUENCIAS DA LUDOPATÍA



**Confederación
Don Bosco**

Este material foi elaborado pola Confederación Don Bosco como parte do programa Pasaporte 0,0 dentro da liña de Educación para a Saúde, en colaboración con Joaquín Manuel González Cabrera, licenciado e doutor en Psicoloxía pola Universidade de Granada. Máster en Psicoloxía da Intervención Social e Máster en Investigación e Avances en Medicina Preventiva e Saúde Pública pola mesma Universidade. Creouse como recurso orientativo, polo que está aberto ás contribucións e á experiencia dos axentes sociais que o vaian utilizar. Esperamos que a información e as dinámicas ofrecidas sexan útiles no voso labor preventivo. Así mesmo, queremos agradecer e eloxiar o traballo e a dedicación dos mozos voluntarios como impulsores de hábitos de vida saudable.

O XOGO: AFECCIÓN OU ADICCIÓN?

O xogo de azar é unha actividade que pode ser considerada como unha afección para algunhas persoas, pero tamén pode converterse nunha adicción para outras. A adicción ao xogo, tamén coñecida como ludopatía, caracterízase pola necesidade compulsiva e incontrolable de apostar, o que pode levar a problemas financeiros, problemas de relación e problemas de saúde mental.

É importante distinguir entre a afección e a adicción ao xogo de azar. Unha persoa que desfruta de apostar de cando en vez, sen que isto afecte negativamente á súa vida, pode considerarse como un xogador recreativo. Sen embargo, unha persoa que aposta de maneira compulsiva, sen control e sen importar as consecuencias, pode ter un problema de adicción ao xogo. É importante recordar sempre que os menores de idade deberían estar afastados do xogo en calquera das súas modalidades e que non é admisible que ningún o realice antes de ser maior de idade.

O XOGO DE AZAR: DENDE O TRADICIONAL ÁS APOSTAS ONLINE. PREVALENCIA DO PROBLEMA.

Ao dito no punto anterior, hai que sumarlle unha explicación máis técnica sobre que é o xogo patolóxico. Para iso, seguiremos a publicación do Manual diagnóstico e estatístico dos trastornos mentais na súa quinta edición (DSM-5)¹ e a súa versión revisada (DSM-5-TR)² realizado pola Asociación Estadounidense de Psiquiatría, que nos sinala o xogo patolóxico como unha adicción condutual. Algúns dos síntomas da adicción ao xogo de azar sobre os que tes que estar alerta co teu grupo inclúen a necesidade de que algún mozo/a teña os seguintes comportamentos: 1) precise aumentar as apostas para sentir a emoción do xogo (xogar máis e apostar máis), 2) intente recuperar as perdas a través de novas apostas, 3) minta sobre o diñeiro gastado no xogo, 4) descoide responsabilidades importantes para poder xogar, 5) teña consecuencias para a súa vida persoal, e 6) exista unha negación do problema de adicción.

Se ben na proposta da Asociación Estadounidense de Psiquiatría non se recolle o xogo online como tal, na Clasificación internacional de enfermidades (11ª edición-CIE-11) realizada pola Organización Mundial da Saúde³, se se fala do Trastorno por xogo e do xogo predominante online. Tanto o xogo patolóxico tradicional como o online, asociáronse a diversas problemáticas para a saúde dos xogadores, a súa saúde mental, problemas de carácter social e familiar e incluso conducta criminal para financiar a súa actividade^{4,5,6,7}.

As apostas online son un problema clínico e social de primeira magnitude que comeza a ser especialmente prevalente e preocupante na adolescencia. Aínda que o xogo problemático online foi analizado en profundidade nos últimos anos, os seus inicios remóntanse á metade da década dos noventa, onde comezou a crecer rapidamente e converterse nunha importante actividade de ocio na que participan millóns de persoas en todo o mundo. Debido á penetración da tecnoloxía e Internet, o xogo online popularizouse e na actualidade, os xogos de azar en liña adoptan unha gran variedade de formas tales como bingos, xogos de cartas (p.ex. Póker) ou apostas deportivas. As cifras oficiais proporcionadas polo Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones en 2022 indican que na franxa de 14-18 anos o 17.2% afirma ter xogado co diñeiro nos últimos 12 meses presencialmente e o 9.4% online (sendo o 6.4% o que xogou en ambas modalidades)⁸. A media de idade de comezo do xogo presencial é de 14.6 anos e do online aos 15 anos nos datos de 2021. Nesta



liña, no caso dos menores de idade, a taxa de prevalencia de xogadores patolóxicos online é do 2,1% triplicando os resultados da poboación adulta⁹. Outro estudo sinala que case o 33% dos adolescentes participantes apostaran nos últimos 12 meses e que destes case o 1% presenta un problema clínico de xogo patolóxico online. Ademais, algo máis do 6% estaban nunha situación de risco⁷.

CANDO PENSAR NUN PROBLEMA DE XOGO PATOLÓXICO?

Como xa indicamos, o xogo patolóxico é un trastorno mental caracterizado pola necesidade incontrolable de xogar e apostar, o que leva a consecuencias negativas para a vida persoal, laboral e financeira do individuo. Isto hai que diferenciarlo da conducta recreativa puntual ou incluso un certo hábito de xogo, que poderían considerarse condutas de risco para este problema, pero non constituirían un problema en si. Non obstante, podemos ter unha máxima xeral: "non hai problema de xogo se non se aposta" (este é o factor protector, o mellor).

Se ves que algún mozo/a algunha destas sinais, fala con el e coa súa familia/responsables, xa que son indicadores importantes:

- Xogar e apostar de maneira frecuente e persistente, incluso cando se acumulan grandes perdas financeiras.
- Mentir sobre o tempo e o diñeiro gastado no xogo.
- Experimentar ansiedade, estrés ou irritabilidade cando non se pode xogar ou apostar (por exemplo, cando está nos campamentos ou no centro escolar).
- Ignorar as responsabilidades persoais e laborais para xogar ou apostar.
- Recorrer ao xogo para escapar de problemas emocionais ou da vida cotiá.
- Gastar cada vez máis tempo e diñeiro no xogo para lograr a mesma satisfacción.

AS APOSTAS DEPORTIVAS: DIVERSIÓN + PROBLEMAS

As apostas deportivas popularizáronse enormemente nos últimos anos, ofrecendo aos afeccionados a oportunidade de apostar nos seus deportes favoritos e eventos deportivos. Este tipo de apostas conectan moi ben cos adolescentes e mozos, xa que envolven estes mecanismos aleatorios de recompensa nun boato de interese xeral, amplamente coñecido e socialmente valorado: o deporte. Aínda que para moitas persoas as apostas deportivas son unha forma de entretemento e diversión, para outras poden converterse nun problema que afecta ao seu benestar e calidade de vida. Se ben todas as casas de apostas presentan riscos importantes, as de natureza deportiva podemos consideralas das máis perigosas debido á continxencia entre o estímulo (apostar) e a recompensa (saber se gañaches ou perdistes). No informe de 2022 do Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones⁸, as apostas deportivas son o tipo de aposta máis frecuente (se temos en conta conxuntamente a modalidade presencial e online) na franxa de 14-18 anos e por iso un dos puntos que se deben abordar cos mozos destas idades principalmente.

En primeiro lugar, é importante destacar que as apostas deportivas poden ter riscos financeiros significativos. Apostar grandes cantidades de diñeiro ou apostar con frecuencia pode levar a problemas financeiros e á acumulación de débedas, o que á súa vez pode ter efectos negativos na saúde mental e emocional dunha persoa.

Ademais, as apostas deportivas poden converterse nun problema de adicción, aínda que o seu formato sexa socialmente máis divertido e estea "mellor visto". Lembra que as persoas que desenvolven un problema de xogo patolóxico poden sentir a necesidade de xogar con máis frecuencia e de investir cantidades maiores de diñeiro para obter a mesma emoción que antes, o que pode levar a unha espiral de adicción e consecuencias negativas na súa vida.



AS CAIXAS DE BOTÍN: A APOSTA ENCUBERTA NOS VIDEOXOGOS.

Recentemente suscitouse interese en torno a unha problemática insidiosa que afecta especialmente aos adolescentes: as caixas de botín. Estas tamén son coñecidas na contorna dos videoxogos polo seu nome en inglés: loot boxes. En román paladino, poderíamos definilas rapidamente como “apostas encubertas dentro dun videoxogo”. Non obstante, esta definición é moi xeral e debemos matizala con máis detalle. As caixas de botín son un tipo de micro transacción (compras dentro dun videoxogo), pero que teñen a característica de estar asociadas a mecanismos aleatorios de recompensa



(non sabes que vas obter e moitas veces nin tan sequera sabes a probabilidade de obter o obxecto que desexas). Unha caixa de botín e unha micro transacción diferéncianse porque na segunda sabes que o gasto que realizas é sobre un obxecto concreto (coñecido), pero na caixa de botín o que mercas é a posibilidade (moi baixa normalmente) de conseguilo. Non é o mesmo investir un euro en mercar unha espada flamíxera para o teu personaxe en certo xogo que investir un euro nunha caixa que contén un 10% de posibilidades de conseguir esa espada ou un 1% de conseguir outra mellor. Cando a adquisición dunha caixa de botín se produce con diñeiro real (xa sexa cunha compra directa cunha tarxeta de crédito, cunha tarxeta pre-pago ou mediante o cambio de diñeiro por “moeda do xogo”) falamos de que é unha aposta (ás veces encuberta porque está dentro dunha contorna lúdica da que desfrutan moitos menores)¹⁰. As caixas de botín aparecen continuamente nos videoxogos usados polos menores tanto na contorna do teléfono móbil como noutros xogos de pc/console. O maior problema das caixas de botín é que, ao estar no ecosistema dos videoxogos e moitos deles ser para menores de 18 anos, fai que potencialmente moitos deles estean expostos a elas. Falar cos teus mozos/as sobre estas prácticas e que poidan darse conta de que estean apostando, sen darse conta moitas veces, é clave para que entendan os riscos destas condutas. Traballar o tema coas familias do alumnado é tamén importante.

O sistema de recompensa que subxace nas caixas botín é similar aos programas de reforzo de proporción variable presentes no xogo de apostas online ou nas máquinas

comecartos. Isto pode promover distorsións cognitivas, o que supón un risco para os adolescentes alleos a estes mecanismos e sistemas de recompensa¹¹. Segundo un recente estudo, 1 de cada 5 xogos cumpre os criterios para considerarse xogo de aposta¹². Un dos datos máis preocupantes é que o 56% dos xogos para móbil que conteñen loot boxes considéranse aptos para nenos a partir de sete anos, o 93% para nenos a partir de 12 anos¹³ e esta cifra puido crecer nos últimos anos. No contexto español, a análise deste fenómeno levouse a cabo recentemente indicando que a prevalencia da compra de caixas de botín (unha, polo menos, nos últimos 12 meses) é unha realidade que reportan ata o 28.9% dos máis de 4000 menores estudados¹⁴.

CONSELLOS PARA MONITORES/AS

- Suxire que non se debe utilizar o xogo de aposta como unha forma de escape: É importante asegurarse de que o xogo non se converta nunha forma de evadirse de problemas persoais ou emocións difíciles. En lugar diso, buscar outras formas de manexar o estrés e as emocións negativas, como a meditación, o exercicio ou falar cun amigo ou un terapeuta (ou contigo como monitor/a).
- É importante falar/aprender sobre o xogo coñecendo os riscos, as súas consecuencias, as estratexias das empresas para gañar diñeiro, os ganchos que se utilizan, as probabilidades reais de gañar, etc. Tamén falar de formas de xogo, que por ser máis próximas e atractivas, é necesario abordalas con máis detalle: apostas deportivas e caixas de botín, por exemplo.
- Falar sobre o xogo responsable: Se os nenos están expostos aos xogos de azar, é mellor falar con eles sobre como facelo de maneira responsable. Explique a importancia de establecer un orzamento e non excedelo e de nunca xogar con diñeiro prestado ou diñeiro que non poidan permitirse perder.
- Falar sobre os valores. É interesante discutir sobre os valores familiares/persoais e a importancia de tomar decisións responsables e éticas que afectan a un e ás persoas que un/unha quere. Falen sobre como o xogo pode ser prexudicial non só para cada un/unha senón tamén para a familia, a parella, outros amigos, os estudos/traballo, etc.
- Ensinar habilidades de toma de decisións coa que axudan aos nenos/adolescentes a

que tomen decisións informadas, conscientes e sopesando información o máis veraz e obxectiva posible. É importante que saiban como tomar decisións saudables e que desenvolvan habilidades de resolución de problemas. No contexto do xogo existen moitos nesgos cognitivos que adoitan pasar desapercibidos por estar asumidos.

- En relación co anterior, é importante falar sobre os efectos psicolóxicos que provocan unha alteración do procesamento da información (os chamados nesgos cognitivos) e a súa aplicación ao xogo:
 - o A ilusión de control que consiste no resultado dunha aposta depende do quefacer do xogador/a. Por exemplo, pensar que un "tótem/amuleto" determinado pode axudar a gañar ou que tal ritual previo aumenta a probabilidade de gañar. Nas apostas deportivas confíase no "coñecemento sobre o meu deporte favorito".
 - A sorte como responsable do gañar (confundindo sorte e azar). A sorte é un factor particular e subxectivo, pero o azar é un fenómeno relacionado co aleatorio da vida que non depende da persoa e sobre o que non temos control.
 - Azar como proceso de autocorrección. Isto quere dicir que a probabilidade dun evento futuro (normalmente gañar) será maior cando peores foran os resultados pasados. Esta asociación é falsa, xa que en cada partida a probabilidade de gañar é a mesma (á marxe do que ocorreu na anterior).
 - Fixarse en frecuencias absolutas e, por tanto, prestar atención unicamente ao que se gañou. Por iso é moi importante apuntar o balance das cantidades gañadas e perdas.
- Se considerades que os mozos/as van xogar, é importante inculcar que deben establecer límites claros de tempo e diñeiro para o xogo. Isto pode axudar a prever a tentación de seguir xogando máis aló do que é razoable ou a gastar máis do que se pode permitir.
- Por desgracia sabemos que os menores acceden con certa frecuencia e facilidade a locais que permiten o xogo presencial (como os de apostas deportivas), pero é aínda máis difícil evitar o xogo en liña. Esta actividade pode volverse privada e dificilmente observable polo que hai que falar dos riscos de ter un "casino" na "palma da man". Advirteos de que é un risco importante instalarse unha aplicación de postas no móbil.

- Animalos a manter as liñas de comunicación abertas coa súa familia e amizades máis importantes. Fale cos seus mozos/as sobre calquera inquietude que poidan ter sobre o xogo e asegúrese de que se sintan cómodos para falar con vostede sobre calquera problema que poidan afrontar no futuro.
- Hai que dar alternativas de ocio saudable e positivas (especialmente fóra do xogo online) Anime aos seus mozos/as a involucrarse en actividades como deportes, música, arte e actividades ao aire libre. É tamén importante axudarlles a atopar aspectos persoais de desenvolvemento persoal e creativo. Isto non só pode axudar a mantelos afastados do xogo, senón que tamén pode fomentar o seu desenvolvemento físico, emocional e social.
- Por último, ánimoos a que, se o precisan, busquen axuda para iso ou para outros compañeiros/as do grupo. Se eles consideran que o xogo está comezando a afectar á súa vida de maneira negativa (ou a dun terceiro) que non dubiden en buscar axuda (comezando 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 foi elaborado pola Confederación Don Bosco como parte do programa Pasaporte 0,0 dentro da liña de Educación para a Saúde, en colaboración con Joaquín Manuel González Cabrera, licenciado e doutor en Psicoloxía pola Universidade de Granada. Máster en Psicoloxía da Intervención Social e Máster en Investigación e Avances en Medicina Preventiva e Saúde Pública pola mesma Universidade. Creouse como recurso orientativo, polo que está aberto ás contribucións e á experiencia dos axentes sociais que o vaian utilizar. Esperamos que a información e as dinámicas ofrecidas sexan útiles no voso labor preventivo. Así mesmo, queremos agradecer e eloxiar o traballo e a dedicación dos mozos voluntarios como impulsores de hábitos de vida saudable.



www.pasaporte00.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