

1  
2  
3  
4



# SI APUESTAS POR LA FAMILIA, GANAMOS TODOS

Cómo abordar la ludopatía en la familia



## LA LUDOPATÍA EN LA FAMILIA

La adicción al juego o ludopatía es una problemática difícil de detectar en la familia y casi siempre se descubre por la misma situación, problemas económicos.



“Yo no sabía nada. Recibí una llamada del banco y cuando hablé con mi marido, me dijo que se había gastado todos nuestros ahorros en las tragaperras. No me lo podía creer. Me siento como si me hubiera engañado con otra mujer “.

**(Miren, mujer de un ludópata)**



“Llevaba un tiempo preocupado porque veía a mi mujer distante. No se arreglaba y no se ocupaba como antes de la casa y de nuestros/as hijos/as. Un día me contó que jugaba al bingo y que había pedido créditos al banco hasta el punto que el piso que nos había costado tanto trabajo conseguir, estaba embargado”.

**(Jon, marido de una ludópata)**



“Tengo un hijo de 26 años y llevo mucho tiempo preocupada. Primero fueron los estudios, luego las amistades que frecuentaba. Con el dinero siempre ha sido un desastre: dinero que tiene, dinero que gasta. Un día me pide dinero para pagar la factura del teléfono, otro que necesita dinero para gasolina, al siguiente que debe a no sé quién. Siempre le han gustado las maquinitas de juego pero pensaba que las había dejado. Un día su novia no puede más y me cuenta que mi hijo realiza apuestas por internet y que tiene una deuda importante con el banco, a la que no puede hacer frente. Aunque no me sorprendió demasiado, no entiendo por qué ha llegado a esa situación, cuando tiene un buen trabajo y podía vivir cómodamente. No sé qué más hacer para ayudarlo “.

**(Izaskun, madre de un ludópata)**



## ¿QUÉ ES LA LUDOPATÍA?

La primera cuestión a clarificar es que la ludopatía **NO ES UN VICIO**. A nivel social, toda situación que no asociamos a problemas de índole físico y que tiene componentes psicológicos o emocionales, cuesta comprenderla y se pasa a buscar una explicación desde lo moral. Por ejemplo, en el juego, la persona que se gasta el dinero de la familia en el juego se le califica como viciosa, inmoral y sinvergüenza.

Cuando hablamos de ludopatía, hay que tener claro que **LA PERSONA QUE JUEGA HA PERDIDO LA CAPACIDAD DE CONTROLAR SU CONDUCTA DE JUEGO**: tiene limitada la voluntad sobre el juego; quiere parar de jugar pero no puede conseguirlo definitivamente.

Este trastorno es considerado un problema de salud grave, ya que pone en riesgo no sólo la salud de la persona que juega sino también la de su familia. El descontrol del juego pone en peligro aspectos tan importantes como el bienestar psicológico de la persona que juega, la economía familiar, las relaciones sociales y familiares, así como el desarrollo de actividades y obligaciones tales como estudios, trabajo y aficiones.

### CARACTERÍSTICAS DE LA LUDOPATÍA:

**CONDUCTA DE JUEGO PROGRESIVA:** Cada vez la persona se involucra más en actividades de juego. Al principio, el/la jugador/a juega para compartir una actividad con amigos/as y termina jugando de forma solitaria.

**JUEGO COMO VÍA DE ESCAPE:** El juego se usa para escapar de situaciones que generan malestar (tristeza, agobio, ansiedad...)

**TOLERANCIA:** Cada vez la persona necesita más cantidad de juego para obtener el mismo efecto que en el juego inicial.

**INTENTOS ARRIESGADOS DE RECUPERAR LAS PÉRDIDAS:** Se utilizan estrategias para recuperar el dinero perdido, las cuales no resultan ya que se complican los problemas económicos y se llega a un círculo vicioso.

**MENTIRAS Y ENGAÑOS:** La capacidad para buscar estrategias para ocultar el hecho de jugar y sus consecuencias se desarrolla de una forma importante. Aparecen las mentiras para justificar gastos y salidas del/la jugador/a.

**PRÉSTAMOS FINANCIEROS:** Cuando se agotan los recursos económicos propios, el/la jugador/a buscará otras fuentes de obtención del dinero y empezará a pedir préstamos, lo cual empeorará la economía familiar.

**ACTOS ILEGALES:** Algunas personas, ante la urgente necesidad de jugar y conseguir dinero, pueden obtener dinero de forma ilícita (robos, falsificar firmas,...)

**CONFLICTOS CON LA FAMILIA Y EN EL TRABAJO:** Desconfianza, celos, deudas, aislamiento, pérdida familia/trabajo, abandono de responsabilidades,... son algunos de los problemas que aparecen en estos ámbitos.

**INCAPACIDAD PARA DEJAR DE JUGAR:** El/la jugador/a intentará repetidamente detener, parar su juego pero fracasará en esos intentos. Conseguirá estar un tiempo pero volverá al juego nuevamente y con más fuerza. Como en cualquier adicción, la probabilidad de recaídas es muy elevada.

**SÍNTOMAS AL INTERRUMPIR EL JUEGO:** Algunos de ellos son nerviosismo, ansiedad, irritabilidad...



## FASES DE EVOLUCIÓN

- 1 FASE DE GANANCIA** - En esta etapa, el/la jugador/a se acerca al juego y tiene sus primeras experiencias con el mismo. Estos primeros contactos le generan excitación debido a las ganancias obtenidas
- 2 FASE DE PÉRDIDA** - En esta fase se intenta recuperar el dinero perdido aumentando la frecuencia de juego e intensidad, con lo cual empiezan a aparecer pérdidas de dinero importantes.
- 3 FASE DE DESESPERACIÓN** - El/la jugador/a entra en un periodo crítico, ya que no consigue controlar la conducta de juego y continúa pensando que el juego le va a resolver todos sus problemas. Esto trae como consecuencia el aislamiento del/la jugador/a y empiezan a aparecer problemas importantes con la familia, trabajo, justicia...
- 4 FASE DE ABANDONO** - En esta última etapa, el/la jugador/a se siente indefenso/a ya que a pesar de que empieza a ver que el juego no le va a ayudar a resolver sus problemas no deja de jugar. Esto le permite tomar conciencia del problema y le posibilita la decisión de decidir abandonar su comportamiento de juego. Es el momento propicio para ponerse en tratamiento.

## REPERCUSIONES DEL JUEGO EN LA FAMILIA

El juego no sólo afecta al/la jugador/a. La ludopatía es una enfermedad que arrastra también a la familia, hasta el punto que, al igual que las personas que juegan, pasa por las siguientes fases:

- 1 FASE DE NEGACIÓN** - La familia cree que es algo pasajero y de escasa importancia. Consideran que el paso del tiempo lo resolverá. Esta negación puede mantenerse durante años, sobre todo si se añade el hecho de que las personas que juegan son expertas en la mentira y el engaño.
- 2 FASE DE ESTRÉS** - Llegan las dificultades económicas, las ausencias del/la jugador/a y el juego empieza a interferir de forma importante en la vida familiar. La negación no puede seguir manteniéndose y empiezan a surgir sentimientos de rechazo y desilusión. Generalmente suele existir cierto reconocimiento del problema y aparecen remordimientos asociados al hecho de jugar. También el/la jugador/a promete dejar el juego y la familia intenta ayudarlo a resolver el problema. Los primeros intentos de ayuda suelen consistir en facilitar recursos económicos o medios para resolver los problemas financieros. Cuando la familia descubre que no consigue controlar el juego, aparecen sentimientos de frustración, desamparo y resentimiento. Suele ser frecuente que se encubra al/la jugador/a y se mienta para ocultar su problema, lo que conlleva a un aislamiento social y familiar para evitar que el problema se conozca. La consecuencia de esto es un aumento del rechazo del/la jugador/a, continuas discusiones sobre el juego, altos niveles de ansiedad y bajo estado de ánimo.
- 3 FASE DE AGOTAMIENTO** - Ya no se ve una salida clara al problema. La familia entra en una etapa de desesperación, en la que se puede refugiar en comportamientos excesivos (alcohol, tabaco, tranquilizantes), desahogarse con alguien e incluso plantearse la ruptura de la relación con el/la jugador/a. La familia se siente angustiada, confusa, resentida y agotada tanto física como mentalmente. Empieza a pedir ayuda a personas cercanas y recibe consejos que no le resultan eficaces para resolver el problema. Suelen ser frecuentes los trastornos psicológicos y psicosomáticos en la familia.

# CÓMO PUEDE LA FAMILIA HABLAR CON EL/LA JUGADOR/A DEL PROBLEMA

Hablar sobre el problema de juego suele ser incómodo tanto para el/la jugador/a, como para su familia, pero es necesario hacerlo si queremos afrontar el problema. Estas son algunas ideas para empezar:

- Encuentre un lugar tranquilo donde se pueda hablar sin interrupciones.
- Intente hablar desde la sinceridad y claridad.
- Transmita al/la jugador/a que le quiere y que está preocupado por su comportamiento.
- Comunique de forma concreta cuáles son sus preocupaciones.
- Informe al/la jugador/a las consecuencias de sus comportamientos en los demás (pongá ejemplos concretos)
- Comunique de forma clara lo que espera del/la jugador/a (“yo quiero que consultes con un profesional este problema”) y lo que el/la jugador/a pueda esperar de usted (“No voy a seguir encubriendo tu comportamiento”)
- Una vez que haya comunicado al/la jugador/a su opinión, sentimientos y dudas, permita que él o ella pueda expresarse. Haga un esfuerzo por escucharle de forma activa y sin juzgarle.
- Transmita al/la jugador/a su disposición a ayudarle pero intente no darle consejos.
- Dele información e intente contactar con algún recurso especializado en este tipo de problemas para buscar asesoramiento.





SI APUESTAS POR LA FAMILIA,  
GANAMOS TODOS

## PAUTAS A SEGUIR POR LA FAMILIA DEL/LA LUDÓPATA

El primer paso es conocer si su comportamiento de juego corresponde a la ludopatía o no y su gravedad.

La familia no tiene que responsabilizarse de las deudas del/la jugador/a ya que de esa forma se retrasa la concienciación del problema por parte de la persona que juega. El/la jugador/a es quién debe asumir la responsabilidad del pago de sus deudas.

Un/a ludópata no controla el gasto de dinero cuando juega e incluso tiene dificultades en el manejo y control de su economía. Por otro lado, el dinero es el medio para acceder al juego. Si la familia quiere ayudar al/la jugador/a a recuperar el control sobre su conducta de juego, es importante que le ayude en el control de la economía. Las pautas a seguir serían:

- Dificultar el acceso al dinero: no manejo de tarjeta de crédito, realizar cartillas mancomunadas...
- Asignarle una cantidad de dinero diaria que le permita cubrir sus gastos.
- Acompañarle cuando tenga que hacer un pago en metálico o si tiene que pagar alguna deuda.
- Apoyarle para que informe de su problema a aquellas personas que le han dejado dinero o le están dejando.





Otros aspectos que dificultan al/la jugador/a el control del juego son la soledad y el aburrimiento. Piense que su juego ha perdido el componente social y ahora es jugar por jugar y lo hace cuando está solo o busca la soledad para jugar. A este elemento se le añade el aburrimiento o el no saber qué hacer: los/as jugadores/as toleran mal el aburrimiento. Hay que tener en cuenta que el juego le ha arrebatado el espacio del ocio y la única afición existente es el propio juego, con lo cual no va a ser fácil llenar el vacío que dejará el juego cuando desaparezca. En estos aspectos tu papel puede ser el siguiente:

- 🎯 Intente acompañarle el máximo tiempo posible en los momentos en los que esté solo/a.
- 🎯 Plántele alguna actividad que pueda compartir con el o ella.
- 🎯 Motívele para que inicie alguna actividad que le permita estar distraído: al principio, es importante que sea algo que no suponga un gran esfuerzo (sudokus, crucigramas...) y más adelante buscar alguna afición que le pueda gustar y pueda mantener a lo largo del tiempo.

La ludopatía es un trastorno crónico pero que tiene una salida. Va a ser importante que el/la jugador/a, así como la familia reciba un tratamiento que permita recuperar el control de la conducta de juego (DEJANDO DE JUGAR DE FORMA DEFININITIVA) y se reparen aquellas situaciones o aspectos que el juego ha ido deteriorando. A veces el/la jugador/a no quiere recibir tratamiento (generalmente porque no reconoce el problema). En este caso va a ser importante que la familia le ayude a que ese reconocimiento llegue lo antes posible y para ello es importante que la familia recurra a asesoramiento profesional. En otras ocasiones, la persona que juega está dispuesta a acudir a un tratamiento. En estos casos va a ser importante que la familia le acompañe y se implique en ese proceso.

Salir de un problema de ludopatía no es sólo dejar de jugar sino que supone cambiar comportamientos, actitudes, hábitos... y no suele ser fácil. Va a ser importante que la familia anime y refuerce estos cambios en el/la jugador/a.

La desconfianza es una de las consecuencias más complicadas de abordar y que más tiempo necesita para resolverse. No es una cuestión de volver a la situación pasada, sino que hay que construir la confianza a partir de los celos, miedos... asociados al juego. La familia debe tener claro de que no se trata de confiar porque sí, sino porque se han dado los cambios necesarios para empezar a confiar.



## DÓNDE PUEDE ACUDIR LA FAMILIA

Si tienes un/a familiar o amigo/a con este problema, puedes informarte o consultarnos su caso:

**ASAJER· Asociación alavesa de jugadores/as en rehabilitación.**

C/General Álava 25 -1º Dcha. CP: 01005. Vitoria-Gasteiz

**Tfno.:** 945 14 04 68 / 945 23 49 90

**Fax:** 945 23 49 90

**E-MAIL:** [asajer@telefonica.net](mailto:asajer@telefonica.net)

**WEB:** [www.onlinezurekin.org](http://www.onlinezurekin.org)

**Colabora:** DEMSAC (Departamento Municipal de Salud y Consumo), IFBS (Instituto Foral de Bienestar Social).