www.publico.es
Fecha Publicación: domingo, 13 de octubre de 2024
Páginas: 6
Valor Publicitario: 4718,34 €
V. Únicos: 7969327

Público

Sociedad

Ludopatía: Así curan a los jóvenes enganchados al juego online y a las casas de apuestas | Público

- Psiquiatras de los hospitales pioneros en la lucha contra la ludopatía dejan claro que el primer paso es que los adictos reconozcan su problema. Luego, la terapia grupal se impone como el tratamiento más efectivo, acompañada por el apoyo de las familias.

Asi, curan, jovenes, enganchados, juego, online, casas, apuestas | juego online | ludopatía | juegos de azar | casas de apuestas

https://www.publico.es/sociedad/ludopatia-cura-jovenes-juego-online-casas-apuestas.html

Henrique Mariño

Domingo, 13 octubre 2024

"Hay esperanza". Ángela Ibáñez, psiquiatra y responsable de la Unidad de Ludopatía del Hospital Ramón y Cajal de Madrid, cree que curar la adicción de los jóvenes a las apuestas deportivas y al juego *online* es posible. "Lo importante es identificarla cuanto antes, que el chico tome conciencia de que tiene un problema y que él mismo decida ponerle solución". Sometido a un tratamiento, llegaría la recuperación y podría hacer una vida normal.

"Sin bajar nunca la guardia, porque si en el futuro volviese a jugar correría el riesgo de caer de nuevo", advierte Ibáñez, pues como en otras adicciones, más que de curación, convendría hablar de controlar la conducta y evitar las recaídas. "Resulta primordial motivar a los chavales, empleando técnicas que los animen a participar en el tratamiento, donde la terapia de grupo se ha revelado como lo más eficaz".

La responsable de este centro de referencia para tratar la ludopatía señala que, frente a otras adicciones sin sustancia, los jóvenes enganchados al juego *online* piden ayuda mucho antes que los veteranos, cuya adicción era presencial y tardaban años en hacerle frente. "Los chicos, incluso menores, no deben minimizar lo que les está pasando, sino aprender a identificar las conductas que los llevan al juego y dominar los impulsos", recomienda Ibáñez.

www.publico.es
Fecha Publicación: domingo, 13 de octubre de 2024
Páginas: 6
Valor Publicitario: 4718,34 €
V. Únicos: 7969327

¿Pero qué les empuja a apostar? “Se está investigando, si bien no hay datos claros”, reconoce la psiquiatra del Ramón y Cajal, quien señala que algunas personas tienen cierta predisposición a hacerlo. “Aunque podría pesar la base biológica o genética, el componente ambiental es indudablemente muy importante. Ahora bien, si no entra en contacto con el juego, pese a que tenga esa predisposición no desarrollará el problema”.

Susana Jiménez-Murcia, responsable de la Unidad de Juego Patológico del Hospital de Bellvitge, afirma que el 70% de los pacientes jóvenes supera su trastorno con la terapia, mientras que el 30% sufre **recaídas** y abandonos. “Al año de seguimiento, apenas un 6% responde realmente mal, un resultado que puede calificarse como pobre”, concreta la psicóloga del centro médico de Hospitalet de Llobregat (Barcelona), otro de los pioneros en España.

“Los primeros suelen tener sólo un problema con el juego, pero cuentan con apoyo familiar, quieren salir y no padecen otros trastornos”, explica Jiménez. Sin embargo, hay quienes no tienen el sostén de los suyos y sufren otras adicciones y patologías psiquiátricas, que pueden requerir medicamentos. “En todo caso, no hay ningún tratamiento farmacológico para combatir el juego que sea eficaz”. El remedio pasa por la **terapia cognitivo conductual** .

“Ésta consiste en ayudar a la persona a controlar inicialmente los estímulos relacionados con el juego, el entorno y el dinero, frenando su conducta”, explica Núria Aragay, coordinadora de la Unidad de Atención al Juego Patológico y otras Adicciones No Tóxicas del Consorci Sanitari de Terrassa (CST). Hay que distanciarlos de las apuestas y trabajar sus vivencias y sentimientos, de modo que perciban los beneficios.

“Cuando ven lo bien que se sienten sin jugar, encuentran motivos para desistir y deciden no hacerlo por sí mismos”, añade la psicóloga del CST. “Nos movemos por objetivos: superar la abstinencia y, cuando se ha conseguido, frenar las consecuencias y todo lo que la adicción ha alterado”, subraya Aragay, convencida de que la ludopatía que afecta a la juventud se puede curar. Hasta el 60%, según ella, logra hacer una vida convencional.

En su caso, el tratamiento psicológico básico es individual y adaptado al ritmo de cada uno, de modo que resulta más efectivo. Luego, para evitar recaídas, se someten a una terapia grupal. Y, durante todo el proceso, se apoya a las familias. “Aunque algunos chicos llegan por su cuenta, son ellas las que hacen saltar las alarmas cuando los perciben más nerviosos, irritables o ausentes”, añade la coordinadora de la Unidad de Atención al Juego Patológico.

Precocidad y familia

A veces, los especialistas piensan que los han pillado a tiempo, pero luego observan que ellos no tienen conciencia de estar enganchados. “En cambio, las personas mayores cronificadas que solicitan ayuda han asumido su enfermedad, por lo que su motivación es altísima para salir adelante”, diferencia Jiménez, quien igualmente se muestra optimista con la cura de los pacientes precoces con una adicción más reciente.

En todo caso, la casuística es amplia, lo que lleva a Gabriel Rubio a inclinarse a creer que los jóvenes lo tienen más fácil para superar el trastorno. “Cuanto antes se detecta y trata la adicción, la

www.publico.es
Fecha Publicación: domingo, 13 de octubre de 2024
Páginas: 6
Valor Publicitario: 4718,34 €
V. Únicos: 7969327

recuperación es mejor. En cambio, existe un plus de complejidad para reponerse en las personas de mediana edad que se engancharon a las **tragaperras** , al bingo o al casino hace muchos años", matiza el jefe de servicio del Área de Gestión Clínica de Psiquiatría y Salud Mental del Hospital 12 de Octubre de Madrid.

El tiempo que pasa hasta que buscan ayuda se ha reducido con el juego *online* hasta uno o dos años, lo que aporta un inconveniente y una ventaja: desarrollan la ludopatía con mayor rapidez, pero el trastorno lleva enquistado un período menor, por lo que en un principio debería ser más fácil extirparlo. Todo pasa por la voluntad del joven, reacio a reconocer que tiene un problema hasta que la familia detecta los gastos, las mentiras, los hurtos o las malas notas.

Aunque algunos padres pueden atribuir los cambios en su comportamiento al consumo de drogas, son ellos los que suelen poner a sus hijos en manos de profesionales. "La familia forma parte de su red de apoyo, pero a veces el **ludópata** puede resultar molesto tras cometer robos y generar enfrentamientos. Alguno, por culpa de sus malos hábitos, termina enfrentándose y rompiendo con los suyos", relata Tíscar Espigares, responsable de la Comunidad de Sant'Egidio en Madrid. "Nuestra labor es intentar recomponer esos lazos".

Evasión y olvido

La psicóloga Núria Aragay cree que las adicciones no tóxicas son un síntoma de que algo no va bien en la vida de una persona, quien buscaría en el juego una forma de evadirse u olvidarse de una dificultad que no puede afrontar. "Obviamente, optan por una mala solución al problema. Pero no siempre es así: el juego tiene un gran potencial adictivo y puede enganchar en casos aparentemente normales".

La ludopatía, insiste, puede ser el síntoma o la consecuencia de un problema, por lo que es necesario identificar esa debilidad y tratarla, de modo que se impida la aparición de otras afecciones. Otras veces, no hay una herida previa, por lo que simplemente habría que combatir la **adicción al juego** . "Sea como fuere, no hay un patrón fijo y se pueden mezclar los biotipos de jugadores", señala José Ramón López-Trabada.

El coordinador del Programa de Ludopatía del Hospital 12 de Octubre de Madrid considera en cambio que no se cura, pues las adicciones son crónicas, pero se puede mantener inactiva con el paso del tiempo. "Necesitan un seguimiento a largo plazo, porque puedes llevar años de abstinencia y volver a caer. Hablamos de conductas muy adictivas, por lo que la probabilidad de engancharse es muy alta, incluso sin que haya situaciones conflictivas previas que lo faciliten".

Admitir el problema

López-Trabada indica que la dificultad añadida en los jóvenes es que no tengan conciencia de su enfermedad, cuyos efectos negativos se reflejan en las pérdidas económicas y en las implicaciones legales. "La ludopatía afecta a todos los niveles sociales, pero las consecuencias son muy distintas. Así, una familia sin recursos va a tener que soportar en proporción un mayor descalabro."

www.publico.es
Fecha Publicación: domingo, 13 de octubre de 2024
Páginas: 6
Valor Publicitario: 4718,34 €
V. Únicos: 7969327

Esos quebrantos son afrontados por los padres, afirma el psiquiatra, quien cuestiona la efectividad del tratamiento cuando los chicos no acuden a un centro por iniciativa propia, sino que son sus progenitores quienes lo proponen. “Vienen con una actitud que no es la más recomendable y los **abandonos** son frecuentes, por lo que desgraciadamente necesitan recaídas para darse cuenta de que tienen un problema y de que no es cosa de sus padres”.

Las broncas, los castigos y otras medidas no poseen la fuerza suficiente para que asuman las dificultades que atraviesan, advierte el coordinador del Programa de Ludopatía del Hospital 12 de Octubre, quien insiste en que el primer paso para salir del pozo es que lo admitan. “Sin embargo, la conciencia de la **enfermedad** es muy laxa y leve en los jóvenes, quienes recurren al autoengaño”.

Ha sido una mala racha ... *Lo puedo controlar* ... *No estoy enganchado* ... “Cuando los efectos negativos son muy intensos, la mentira se desmonta y conduce al tratamiento”, apunta López-Trabada, quien considera necesarias las campañas educativas de prevención porque a su juicio todavía hay un gran desconocimiento sobre los efectos de la ludopatía. “Es una enfermedad muy estigmatizada, lo que provoca la invisibilidad del paciente”.

El autoengaño del jugador

Hay que enfrentarlos a la realidad y hacerles entender que si su conducta es abusiva deben rectificar, considera Bayta Díaz, psicóloga de la Asociación para la Prevención y Ayuda al Ludópata (APAL). “Tienen que aceptar que genera adicción, porque cuando los números se imponen y se arruinan, el cerebro distorsiona la realidad para poder seguir jugando. Por eso es necesario que detecten ese autoengaño, o sea, la falacia del jugador”.

*Como voy perdiendo, ahora me va a tocar… Si gano, la buena suerte continuará…*Son frases que proliferan en la mente de los ludópatas, convencidos de que el juego puede solucionar sus **problemas económicos** , en vez de asumir que precisamente ha sido la causa. “Por eso, cada vez juegan más. Hasta el punto de que muchos confiesan que ya no lo hacen por diversión, sino para recuperar lo perdido”, explica la psicóloga de APAL.

La demanda por la adicción al móvil y los videojuegos, que repercute en las relaciones familiares y en el **rendimiento escolar** , se ha incrementado en los últimos años, según Gabriel Rubio. “Sin embargo, los jóvenes suelen acudir a la consulta cuando se ven perjudicados económicamente, pues acumulan deudas que provocan una situación alarmante en su hogar”, afirma el psiquiatra.

Si la proliferación de las casas de apuestas, muchas de ellas situadas cerca de centros educativos, favorece la entrada al zaguán de la ludopatía, internet deja permanentemente la puerta abierta a la adicción. “El juego *online* ha sido terrorífico, pues la accesibilidad es máxima y pueden apostar veinticuatro horas al día. No hay límites, sólo los que tu físico y tu dinero te permitan”, se lamenta López-Trabada.

Doble vida

La doble vida que llevan muchos jóvenes ludópatas se ve difuminada. Ya no necesitan desplazarse a un local ni justificar las ausencias de casa. “Es anónimo, fácil de disimular y con una mayor

www.publico.es
Fecha Publicación: domingo, 13 de octubre de 2024
Páginas: 6
Valor Publicitario: 4718,34 €
V. Únicos: 7969327

capacidad de adicción", añade el coordinador del Programa de Ludopatía del Hospital 12 de Octubre, quien también recomienda la terapia de grupo cognitivo conductual, pues según él es la que da mejor resultado.

"La accesibilidad es un factor de riesgo, porque hay personas que no se sentirían atraídas por una tragaperras o por una partida de **póquer** que se encierran en casa y desarrollan una adicción", afirma Bayta Díaz. "Chavales que previamente no tenían ninguna dificultad psicológica, ni de adaptación, ni económica. Nos llegan a la asociación sólo con el problema que les ha generado el juego".

La psicóloga de APAL asegura que las empresas de juego *online* usan las ofertas, las promociones y otros **trucos** con el objetivo de mantenerlos durante más tiempo enganchados. "Hemos detectado que a algunas personas que al inicio ganaron un premio cuantioso se le quedó clavado en el cerebro. Sin embargo, la posibilidad de que se repita ese momento es escasa, porque si no las empresas de juego se arruinarían".

Veinticuatro horas al día, siete días a la semana y 365 días al año, recuerda Ángela Ibáñez. "Pueden apostar cuando y donde quieran. Cuanta más oferta haya y más fácil sea el acceso, las personas predispuestas podrán sufrir un trastorno de adicción con mayor facilidad", advierte la responsable de la Unidad de Ludopatía del Hospital Ramón y Cajal.

Todo ello, sumado al **bombardeo publicitario** , que se vale de la imagen de deportistas y famosos que se prestan a perpetuar esta lacra. "Un incentivo más que genera un aumento de la demanda. La sociedad debe ser consciente de que hay que atajar la publicidad —como se hizo con el alcohol y el tabaco— y reducir la facilidad para realizar apuestas", explica Gabriel Rubio.

Gratificación continua

Más allá del dinero, la ludopatía termina convirtiéndose en una adicción conductual, pues el afectado busca una gratificación continua, al igual que podría suceder con un toxicómano. "Cuando juegas, no piensas en otra cosa". Y, si dejan de hacerlo, también sufren el síndrome de abstinencia, cuyos síntomas pueden ser la **ansiedad** , la irritabilidad, la depresión o un malestar general que los dirige directamente al precipicio.

"Incluso hay gente que, cuando no tiene dinero, va a una **casa de apuestas** simplemente para ver. Necesitan estar en contacto con el entorno y jugar, de alguna manera, a través de otros", comenta Díaz, quien cree que el atractivo inicial es la compensación económica. "Ahora bien, el dinero es sólo la zanahoria, porque luego ansían la excitación que les proporciona la espera".

A ver si gano … ¿Lo habré hecho bien? Del cebo económico al placer de la expectación. "En el fondo, buscan aliviarse y, aunque suene paradójico, olvidarse de los problemas generados por el propio juego, cuya dinámica es la que los mantiene enganchados por encima del premio", señala la psicóloga de APAL. Manolo, un ludópata rehabilitado, reconoce que incluso tenía más remordimientos cuando ganaba que cuando perdía.

"Los chicos deberían establecer hábitos de comunicación adecuados con su entorno. O sea, cuando se asustan con la primera pérdida o enganche, tienen que comentarle el problema a sus padres, a

www.publico.es
Fecha Publicación: domingo, 13 de octubre de 2024
Páginas: 6
Valor Publicitario: 4718,34 €
V. Únicos: 7969327

sus familiares, a su pareja o a sus amigos, porque serían aconsejados y entre todos lo podrían solucionar", concluye Díaz. "En cambio, los jugadores son poco sinceros y creen que puede solucionar ellos solos sus dificultades".

¿Y qué ocurre cuando ni puede superarlas y su situación mental es crítica? ¿Cuando la vorágine del juego no puede parar, acusan un sentimiento de **desesperanza** y hasta les rondan ideas suicidas? "Es muy importante valorar su estado psicopatológico, lo que podría llevar a un ingreso breve. Pero esto sólo sucede cuando no ven el final del túnel, por lo que bastan unos días fuera del entorno que les lleva a jugar para percibir una mejoría", explica Susana Jiménez-Murcia.

La responsable de la Unidad de Juego Patológico de Bellvitge afirma que cuando toman perspectiva se muestran dispuestos a trabajar de forma ambulatoria, es decir, sin necesidad de hospitalizar o recluir al paciente. "En casos graves, el **tratamiento farmacológico** sería un apoyo, no una clave. Las medicinas deben ser secundarias", deja claro López-Trabada, una postura con la que coinciden sus colegas, quienes abogan por la terapia como el mejor medio para que los jóvenes puedan comenzar una nueva vida.