JUEGO RESPONSABLE

EL JUEGO PATOLÓGICO Y SUS CONSECUENCIAS

¿Qué es el Juego Patológico?

El juego patológico o ludopatía es una enfermedad que se caracteriza por un fracaso crónico y progresivo en resistir los impulsos de jugar apostando dinero.
Según la **Organización Mundial de la Salud (OMS)**, "la ludopatía es una enfermedad clasificada dentro de los trastornos de los hábitos y del control de los impulsos", que se caracteriza por una frecuente y una creciente preocupación por el juego de forma desadaptativa.

Las personas con este trastorno:

1. Tienen un comportamiento de juego persistente que altera su vida personal, familiar, laboral y social.
2. Sienten una necesidad de jugar cantidades cada vez mayores de dinero para conseguir el nivel de euforia deseado y se muestran muy irritables cuando no pueden jugar o intentan reducir estas conductas.

Se trata de una "adicción conductual", que a diferencia de otras adicciones, no se ingiere ni consume ninguna sustancia, pero sí puede ir acompañada de problemas con el alcohol o consumo de drogas.

! IMPORTANTE

- No todas las personas que participan de las ofertas de los juegos de azar, desarrollan una adicción a los juegos. Sólo en algunas personas vulnerables se convierte en un trastorno mental con características adictivas. Esto ocurre cuando el juego deja de ser algo lúdico e impacta de forma negativa en las relaciones personales, familiares, afectivas, económicas y académicas, al tiempo que se tiene una repercusión conductual.
- No se es jugador patológico desde la primera vez que se practican los juegos de azar, sino que es una enfermedad de instalación lenta.
- Esta patología puede desarrollarse por la práctica de juego en locales físicos (casinos, bingos, etc.) como en sus versiones online (juegos y apuestas a través de internet).

¿Cómo afecta a la persona?

Cada persona es única y por esto la enfermedad afeca de diferentes maneras según variables de personalidad, ambientales, género, edad, tipo de juego que se practique, si hay presencia de otras adicciones, etc.

Algunos indicadores del jugador problemático y/o jugador patológico:

- Minimizan, ocultan o niegan su conducta de juego.
- Ponen en riesgo, pierden o deterioran relaciones laborales, familiares, profesionales , sociales etc.
- Usan el juego como vía de escape de problemas o de situaciones emocionales estresantes (tristeza, culpa, ansiedad etc).
- Su principal preocupación es el juego, conseguir tiempo y dinero para practicarlo. No pueden dejar de pensar en el juego de apuestas por más que lo intenten.
- Cada vez necesitan dinero y pasar más tiempo practicando juegos de azar para alcanzar el estado psicológico que la adicción les exige.
- Se sienten irritados o inquietos cuando no pueden controlar sus impulsos de jugar, o cuando algún motivo externo se los impide.
- Pierden el control y no pueden dejar de jugar por mucho que lo intenten.
- Sufren síntomas de dependencia, tolerancia y abstinencia, de manera similar a los adictos a sustancias.
- Mienten para ocultar su adicción.
- Pueden llegar a cometer actos delictivos como robos o estafas.

La adicción al juego y el entorno familiar

Además del jugador patológico, su grupo familiar más cercano sufre las consecuencias de esta enfermedad.

Como señalamos en el apartado anterior cada persona es única, y bajo esa misma premisa, cada grupo familiar también lo es. Por lo cual, la adicción al juego de una persona impactará de modo diferente en su entorno familiar.

Puede suceder que en un primer momento los familiares desconozcan qué hace el jugador, por qué esta fuera de la casa tanto tiempo, que pasa con sus ingresos o con sus ahorros.
Por lo general, la persona que tiene problemas con su forma de jugar miente y engaña para **ocultar su conducta de juego.** Pero en algún momento aparecen los indicios que dejan ver cuál es su problema.

En líneas generales, algunas consecuencias identificadas son:

Problemas emocionales y psicológicos en todos los miembros de la familia: cambios de humor, ansiedad, tristeza, irritabilidad, sentimientos de culpa, vergüenza, insomnio, etc.

Deterioro de las dinámicas familiares: falta de comunicación, de afectividad, etc.

Minimización y/o ocultamiento del problema en la fase inicial por parte de toda la familia, y por parte de la persona implicada durante mucho más tiempo.

Conflictos: discusiones, violencia, manipulación, mentiras sobre el dinero y sobre el tiempo que se dedica al juego de apuestas, etc.

Problemas laborales y/o académicos: ausencias, falta de concentración.

Problemas económicos: deudas, préstamos etc.
Problemas legales: estafas, robos etc.

Aparición de otras adicciones (drogas, alcohol, tabaco, etc) para sobrellevar la adicción al juego.

Es muy importante que el grupo familiar se informe sobre la adicción, ayude a tomar conciencia al individuo, y acompañe a la persona enferma en su tratamiento. Es decir, la familia tiene que hacer frente a esta patología de modo emocional y afectivo; y muchas veces económico.

No hay que perder de vista que el juego patológico es una adicción, y como tal, una enfermedad.

¿Cómo ayudar a una persona que está atravesando la problemática?

Si estás sufriendo las consecuencias del juego patológico, o existen indicios de éste en alguna persona de tu entorno, debes hacerle frente. Para ello, lo más recomendable es acudir a profesionales especializados en el tema que pueda diagnosticar y evaluar los posibles tratamientos.

IMPORTANTE

1. Es difícil que un jugador patológico pueda dejar de jugar sin recibir ayuda, por mucha fuerza de voluntad que tenga o declare tener, ya que se trata de una enfermedad.
2. Muy pocas veces el juego patológico tiene una sola causa o circunstancia que la genere, por lo que requiere de la intervención de especialistas.
3. Es frecuente que el jugador patológico tenga ciertas características de personalidad inmadura, miedos, sentimientos de inferioridad y falta de responsabilidad.
4. El tratamiento es un proceso que lleva tiempo, puede sufrir recaídas, y que requiere del apoyo del entorno cercano, familia y amigos.

Recomendaciones para prevenir el juego patológico

Tené en cuenta estos tips de juego saludable:

1. Pensá en el juego como un modo más de entretenimiento, no como un medio para ganar dinero.
2. Jugá por diversión, no para evadir problemas.
3. En tiempo de crisis emocional disminuye el autocontrol; evitá jugar en esos momentos.
4. Siempre que vayas a jugar, hacelo acompañado de amigos o familiares.
5. Establecé, antes de empezar a jugar, un límite de tiempo y dinero. ¡Y respetalo!
6. Dejá la tarjeta de débito y/o crédito en casa para respetar el límite establecido.
7. Nunca pidas dinero prestado para jugar.
8. Nunca persigas o intentes recuperar el dinero perdido.
9. Jugá solo el dinero que hayas decidido destinar a la diversión. No comprometas el dinero que corresponde a tus gastos fijos, como comida, transporte, impuestos, etc.
10. Procurá equilibrar el juego con otras actividades de ocio y entretenimiento.
11. No consumas alcohol ni drogas durante el juego, ya que puede generar problemas para tomar decisiones sensatas.
12. Tomá descansos frecuentes para evaluar y mantener la perspectiva.
13. No permitas que el juego afecte tus relaciones con la familia y con tus amigos.

¿Tenés dudas sobre tu forma de vincularte con los juegos de azar o alguna persona carcana?

Podés realizar el siguiente autotest para sacártelas:

- ¿Te sentís inquieto o irritable al tratar de jugar menos o dejar de jugar?
- ¿Jugás para escapar de los problemas o sentimientos de tristeza, culpabilidad o ansiedad?
- ¿Apostás grandes cantidades de dinero para intentar recuperar la cantidad perdida?
- ¿Perdiste el trabajo, una relación u oportunidades en el estudio debido al juego?
- ¿Mentiste sobre la cantidad de tiempo o dinero gastado en el juego?
- ¿Fracasaste en los esfuerzos para controlar, interrumpir o detener el juego?
- ¿Tuviste que pedir prestado dinero debido a las pérdidas ocasionadas por el juego?
- ¿Necesitás apostar cada vez más cantidad de dinero para sentir excitación?
- ¿Pasás mucho tiempo pensado en el juego, como recordar experiencias pasadas o formas de conseguir más dinero con que jugar?

Si respondés a 4 o más preguntas afirmativamente, podrías tener problemas con el juego.

IMPORTANTE: este test NO reemplaza la evaluación profesional, sino que es una herramienta orientativa.

SI querés realizar el test online, podés hacerlo escaneando el código QR:

¿Necesitás más información?

Si necesitás más información podés acudir a los distintos servicios que brindamos:

Comunicate de lunes a viernes a través de nuestra central telefónica al 0800-333-0333.

Enviános un mensaje de WhatsApp al (11) 24416058.

> **A través de estos medios proporcionamos a la comunidad orientación e información clara, precisa y gratuita sobre los principales aspectos de Juego Responsable.**

También en nuestros canales de comunicación podés:

1. Realizar descargos y denuncias vinculadas al no cumplimiento del Programa de Juego Responsable en alguno de los casinos, salas o sitios de juego online, que sigan nuestros lineamientos.
2. Acceder al test de autoevaluación que revele actitudes y pautas de juego potencialmente problemáticas.
3. Recibir información sobre instituciones, asociaciones o centros de ayuda especializada.

En las salas de juego podés tomar contacto personal con los Consejeros en Juego Responsable, ellos cuentan con información suficiente para asesorar, orientar y derivar. Están identificados con un pin en la solapa de su chaqueta.

Otra herramienta de ayuda es la **Autoexclusión.**

La autoexclusión es la acción voluntaria que puede tomar quien considere necesario controlar su juego mediante la solicitud de ser excluído de las actividades del casino, salas de juego o sitios online. El trámite es confidencial y gratuito.

La autoexclusión es una herramienta alternativa, complementaria a un tratamiento de trastornos adictivos relacionados con los juegos de azar.

Si el juego dejó de ser una diversión y se convirtió en un problema llamanos

0800 - 333 - 0333

O escribinos por WhatsApp

011 - 24416058

www.juegoresponsable.com.ar

JUEGO RESPONSABLE