Mª José Miguel Quilis (Psicóloga)
APAI. C/ Ruzafa, 14-3º. 46004 Valencia. Telf./ Fax: 963 944 795
info@apai-psicologos.com

"La ludopatía. Cuando el juego se convierte en patología"

INTRODUCCIÓN

Uno de los principales problemas con el juego patológico es que, a diferencia de las adicciones a determinadas sustancias como puedan ser el alcohol, la cocaína, etc…, el hecho de jugar en pequeñas cantidades no es considerado como un problema, sino que está socialmente aceptado.

Si a esto le unimos la relativa novedad de este trastorno, debido a que antiguamente el juego no estaba legalizado en España, y los escasos recursos asistenciales que existían para su abordaje, se entiende la sensación de indefensión en la que muchos ludópatas y familiares han experimentado.

Sin embargo, hoy en día existen tratamientos estandarizados y validados para tratar esta patología desde la Psicología Científica.

QUÉ ES LA LUDOPATÍA

La ludopatía es una adicción no tóxica (es decir, no provocada por una sustancia o droga) caracterizada por la incapacidad del jugador para controlar su conducta de juego. Este problema conlleva una alteración en áreas importantes de la vida de la persona, tal y como pueden ser la familia, el trabajo, las amistades, etc…, pues la adicción llega a convertirse en el centro de su vida.

El jugador apuesta cada vez una mayor cantidad de dinero, siempre más del que tenía planeado.

Cuando comienzan las pérdidas y se contraen deudas, el jugador suele recurrir de nuevo al juego para intentar mejorar la situación financiera que el propio juego le ha causado. El resultado es catastrófico: cada vez más deudas, cada vez más adicción al juego, cada vez más mentiras y problemas en el entorno cercano.

Uno de los mayores problemas en prácticamente todas las adicciones es la negación del problema, por lo que el jugador patológico va a tener dificultad

en reconocer que su problema es una enfermedad y, por lo tanto, sólo cuando la situación se vuelva extrema o haya presiones familiares, buscará asesoramiento o ayuda.

SÍNTOMAS PARA IDENTIFICARLA

Si usted o un familiar, miente para ocultar pérdidas o cantidades jugadas.

Si la situación financiera está deteriorándose por contribución del dinero dedicado al juego.

Si se están adquiriendo deudas motivadas por las pérdidas en el juego, para poder seguir jugando e hipotéticamente recuperar lo perdido.

Si hay pérdida de concentración en el trabajo, debido a que la mente está preocupada por cómo recuperar lo que ha perdido y no puede centrarse en las tareas laborales.

Si la vida de familia o de pareja está deteriorándose por el dinero gastado y tiempo empleado en el juego.

Si la vida social disminuye porque cada vez hay menos tiempo para estar con los amigos, o sólo se tienen amigos que también juegan.

Estos, entre otros, son indicadores de juego patológico.

TERAPIA PARA LA LUDOPATÍA

En la actualidad se dispone de una combinación de técnicas psicológicas que ofrecen la mejor opción de tratamiento de la ludopatía.

Estas técnicas reciben el nombre de Control de Estímulos y Exposición en Vivo, y son procedimientos que un psicólogo cualificado aplica en colaboración con el paciente.

Durante la terapia también se ayuda al jugador patológico a identificar las situaciones que le impulsan a jugar, así como los pensamientos y emociones que están relacionados con el juego.

Mediante una serie de tareas en las sesiones y fuera de ellas, el jugador va aprendiendo progresivamente a controlar su impulso o deseo de jugar, hasta superarlo.

Más adelante se le enseñan estrategias para prevenir recaídas.

Paralelamente, suelen entrenarse habilidades de comunicación para mejorar las relaciones personales que se hayan visto dañadas por el trastorno.

Fuente:
Echeburúa y Fernández Montalvo, 2000