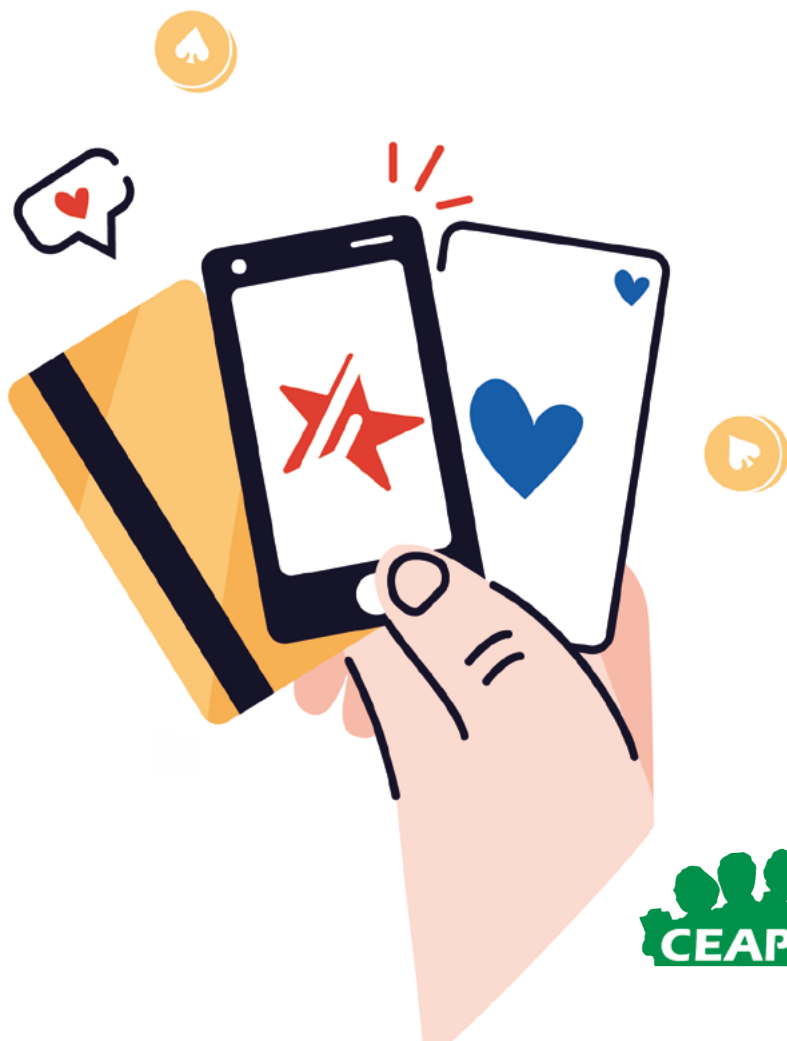


# ¿Qué es la ludopatía y qué consecuencias tiene?

Autoría: **Miguel Roa** - <https://miguelroapsicologo.com/>  
Ilustraciones: **JajaStudio**



## ¿Qué es la ludopatía?

- La ludopatía es una enfermedad que se caracteriza por un fracaso crónico y progresivo en resistir los impulsos de jugar apostando dinero.
- No todas las personas que juegan desarrollan una adicción al juego, del mismo modo que no todas las personas que beben terminan siendo alcohólicas.
- Existen personas no adictas que hacen un uso problemático de los juegos de azar.
- El juego se puede desarrollar en locales físicos y en sus versiones virtuales en Internet: casinos, salas de apuestas deportivas, bingos, etc.
- Las apuestas causan estragos en las personas y las familias desde hace siglos en casi todas las civilizaciones.
- En las últimas décadas la ludopatía es la adicción sin sustancia más atendida en los centros de salud, sobre todo las relacionadas con máquinas tragaperras y el bingo.
- En los casos del juego patológico o ludopatía suele producirse un efecto dominó que afecta a todas las áreas significativas de la persona: pareja y familia, escolar, laboral y social.
- Observamos que la edad de inicio es cada vez más temprana sobre todo en el juego en Internet.
- Personas influyentes, como presentadores y futbolistas, prestan su imagen para asociar el juego a una actividad sin riesgo y asociada a la diversión.
- Las adicciones sin sustancia (compras, juego, trabajo, Internet, móvil...) son más aceptadas por la sociedad y pasan más inadvertidas que las adicciones a sustancias.





## ¿Cómo afecta a la persona?

Cada persona es diferente y por ello la adicción afecta en distintas formas según variables biográficas, de género, edad, tipo de juego, situación económica, otras adicciones presentes, etc.

Estos son algunos de los indicadores de la adicción al juego:

- Sufren síntomas de dependencia, tolerancia y síndrome de abstinencia, de manera muy similar a las personas adictas a sustancias.
- Experimentan un deseo o un impulso emocional y físico que solo se calma una vez que inicia la conducta de apostar.
- Cada vez necesitan más dinero y pasar más tiempo jugando.
- Se sienten irritados e inquietos cuando no pueden jugar por algún motivo externo o cuando intentan controlar su adicción.
- Jugar y conseguir tiempo y dinero se convierte en la preocupación principal.
- Usan el juego como una vía de escape a los problemas.
- Suelen minimizar, ocultar o negar su adicción.
- Se ponen en riesgo, pierden o deterioran relaciones laborales, escolares, familiares...

## ¿Cómo afecta al entorno familiar?

La adicción al juego en cada familia impactará de un modo diferente, pero éstas pueden ser algunas de las consecuencias más habituales cuando uno de sus miembros desarrolla este problema.

- Problemas emocionales y psicológicos en todos los miembros de la familia: cambios de humor, ansiedad, tristeza, irritabilidad, sentimientos de culpa, vergüenza, insomnio...
- Deterioro de las dinámicas familiares: afectividad, comunicación, educación de los hijos e hijas y sistema normativo, relación de pareja...
- Minimización y/o ocultación del problema en la fase inicial por toda la familia y por la persona adicta durante mucho más tiempo.

- Problemas económicos y legales: deudas, préstamos, desatención de gastos prioritarios y/o de primera necesidad.
- Problemas laborales en los adultos y académicos en los hijos e hijas.
- Conflictos asociados directamente al problema: discusiones, violencia, manipulación, mentiras sobre el dinero y el tiempo que se pasa jugando, etc.
- Aparición de otras adicciones para hacer más llevadera la enfermedad o las consecuencias psicológicas de la misma.

Es importante que la familia incorpore la prevención de adicciones sin sustancia en su agenda educativa.

## Recomendaciones para prevenirla

Dirigidos a padres y madres que quieran prevenir el juego patológico.

- **DA EJEMPLO.** Un ejemplo vale más que mil palabras. El mejor modelo de conducta es no apostar nunca a nada.
- **SÉ CLARO.** Si es tu caso, expresa con claridad tu deseo de que no quieres que apuesten.
- **PREGUNTA.** Pregunta a tus hijos e hijas qué piensan sobre el tema, establece un diálogo realista.
- **SUPERVISA.** Observa su actividad en las redes y fuera de ellas, respetando su intimidad y teniendo en cuenta su edad.
- **HAZ PENSAR.** Desarrolla un discurso crítico, desmontando la asociación entre diversión y juego.
- **LAS MATEMÁTICAS PRIMERO.** Desarrolla un pensamiento racional y desmitifica el concepto de suerte. Habla siempre de probabilidades matemáticas de premio.
- **CUESTIONA.** Sé crítico con la publicidad y con aquellas personalidades que fomenten las apuestas.
- **SEPARA DEPORTE Y APUESTAS.** Recuerda que el deporte es una cosa

y las apuestas deportivas son otra.

- **¿EDUCAS EN VALORES FINANCIEROS?** El valor del ahorro, del consumo responsable y del control de la economía doméstica, son buenos valores preventivos.
- **HABLA DE DINERO.** Asocia de manera estable esfuerzo y dinero dando una pequeña paga al final de la semana, si ha cumplido con las normas acordadas. Enseña a tu hijo o hija el valor del dinero.
- **REPITE Y DESARROLLA LA IDEA.** La banca siempre gana.
- **HAZTE CREÍBLE.** Para ser más creíble acepta la idea de que existen personas que juegan dinero puntualmente sin llegar a tener un problema.
- **SEÑALA LOS RIESGOS A CORTO PLAZO.** Recuerda que a los adolescentes les cuesta percibir el riesgo y más si éste es a largo plazo; por eso es más efectivo que hables de consecuencias a corto plazo.
- **PIDE AYUDA.** Si crees que algún miembro de tu familia tiene un problema con el juego, no lo dudes y pide ayuda hasta encontrar el recurso adecuado.



Financiado por:



CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES DE PADRES Y MADRES DEL ALUMNADO  
Puerta del Sol, 4 | 6º A | 28013 MADRID | Teléfono 91 701 47 10 | Fax 91 521 73 92  
ceapa@ceapa.es | [www.ceapa.es](http://www.ceapa.es)