

# Y tú ¿qué sabes de la ludopatía?

## GUÍA PARA CONOCER LOS RIESGOS DE LOS JUEGOS DE AZAR



ASOCIACIÓN ALAVESA  
DE JUGADORES EN  
REHABILITACIÓN  
ERREHABILITAZIOAN DIREN  
ARABAKO JOKALARIEN ELKARTEA



EUSKO JAURLARITZA  
GOBIERNO VASCO

SEGURTASUN SAILA  
Seguritasun Garaburuz  
Joko eta Hizketan Zuzendaritza  
DEPARTAMENTO DE SEGURIDAD  
Viceministerio de Seguridad  
Dirección de Juego y Espectáculos

Edición

1ª, diciembre 2021

Internet

[www.asajer.org](http://www.asajer.org)

Edita

ASAJER.

Asociación Alavesa de Jugadores en Rehabilitación

Colabora

Departamento de Seguridad del Gobierno Vasco.

Dirección del Juego y Espectáculos

Traducciones

HIGAN

Diseño y maquetación

Begoña Paino Ortuzar

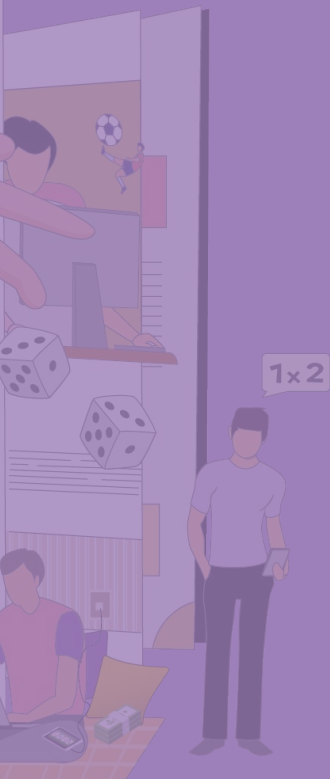
Depósito Legal


XXXXXXX



# Índice

Presentación. Y tú ¿qué sabes de la ludopatía?	5
Empecemos por el principio. Los datos	7
¿Y los juegos de azar? Juego presencial/Juego online	10
Uso /abuso de los juegos de azar	13
La Adicción a los juegos de azar	16
¿Cómo afecta a la población joven?	19
¿Cómo se desarrolla la problemática de la adicción al juego?	21
Consecuencias del uso abusivo de los juegos de azar	25
¿Cómo se detecta el abuso de los juegos de azar?	28
¿Qué está ocurriendo con los/as jóvenes?	31
Mujeres, hombres ¿igual?	34
Recursos	36



A person wearing a dark hoodie is shown from the chest up, holding two playing cards: the Ace of Clubs and the Ace of Hearts. They are sitting at a table with a green felt surface, and their hands are positioned as if playing a card game. The entire image is covered with a semi-transparent orange filter. In the background, there are some blurred lights, possibly from a casino or a game room.

Y tú  
¿qué sabes  
de la ludopatía?

# 1. Presentación

**“NO SON LOS MÁS FUERTES DE LA ESPECIE NI LOS MÁS INTELIGENTES QUIENES SOBREVIVEN SINO LOS MÁS FLEXIBLES Y ADAPTABLES A LOS CAMBIOS”**

(Darwin)

Cuando se escucha la palabra LUDOPATIA, la mayoría de la población sabe de qué se habla. Cuando la población escucha la historia de una persona afectada por este problema, puede hacerse una idea de cómo afecta el mismo insistiendo en la pérdida económica y en cómo afecta a su entorno.

Pero una cosa es “saber” y otra “entender” qué es la Adicción al juego de azar.

Son ya muchos los años que ASAJER lleva acercando este tema a la población buscando que se pueda conocer mejor la problemática y ayudar en la toma de decisiones ante el juego de azar, buscando la conciencia sobre una conducta cuyo abuso genera problemas.

A través de esta Guía pretendemos, con un contenido sencillo y claro, que se pueda conocer, y entender, qué es realmente la Adicción al juego de azar, cómo se inicia el camino, cómo afecta y, por qué no, qué se puede hacer para no llegar a tener problemas.



The background features a grid with various data visualization elements: a large pie chart on the left, a line graph with a peak and trough, and a smaller pie chart on the right. A hand is visible at the bottom, pointing towards the center. The overall color scheme is a monochromatic red-orange.

Empecemos por  
el principio.  
**Los datos**

22%

31%

## 2. Los datos

Según datos de la Dirección General de Ordenación del Juego (2018-2019):

- En Euskadi (2018), se gastó en **Juego Presencial** la cantidad de **208** millones de euros (3ª posición en el ranking estatal de CCAA).
- En lo referente a cantidades gastadas en **Juego Online**, la cantidad es de **155** millones de euros.

Los datos recogidos por el Observatorio Vasco del Juego (Prevalencia, Hábitos y Perfiles de las Personas Jugadoras en Euskadi, 2020) indican que:

- El 70,5% de la población ha jugado o apostado por lo menos una vez en el último año.
- El 24,7% de las personas encuestadas reconoce haberse iniciado en el juego antes de los 18 años.
- El 65,8% indican como razón principal para jugar el ganar dinero mientras que el 18,6% lo hace por tradición y el 12,5% por diversión. Teniendo en cuenta la edad, las personas jóvenes juegan por diversión y por ganar dinero.



## Y tú ¿Qué sabes de la ludopatía?

GUÍA PARA CONOCER LOS RIESGOS DE LOS JUEGOS DE AZAR

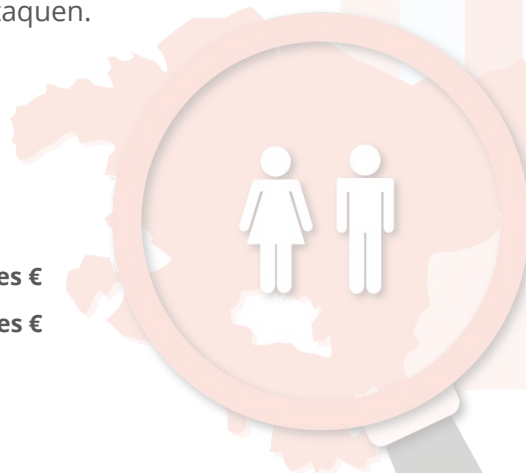
- Entre las mujeres destaca el jugar por tradición y entre los hombres, por ganar dinero.
- Las mujeres juegan más a juegos como la Lotería Nacional mientras que los hombres destacan en las Loterías primitivas. En los juegos de las ONCE y en las loterías instantáneas también encontramos más a las mujeres.
- En las Quinielas y las apuestas deportivas online, serán los hombres los que destaquen.



**EUSKADI (2018)**

JUEGO PRESENCIAL **208** Millones €

JUEGO ONLINE **155** Millones €







¿Y los juegos de azar?

Juego presencial  
y online

## 3. Juego presencial y online

Los JUEGOS DE AZAR son aquellos juegos cuyo resultado (ganar o perder) no depende exclusivamente de la habilidad de la persona jugadora sino que también interviene la suerte.

Entre estos juegos nos encontraremos con: las Loterías y Apuestas del Estado con todas sus propuestas, los juegos de la ONCE, las Quinielas, las máquinas tragaperras, el bingo, los juegos del casino, los juegos de cartas como el póquer, la ruleta, las apuestas deportivas, las apuestas hípicas, ...

Si algo ha revolucionado el mundo del juego de azar ha sido la posibilidad de no sólo JUGAR DE MANERA PRESENCIAL sino también el poder practicar lo que denominamos JUEGO ONLINE.

### EL JUEGO PRESENCIAL

Este tipo de práctica supone que para poder jugar (comprar juego), se ha de acceder a un espacio físico como lo son las Salas de Bingo, los Casinos, los locales de hostelería, los salones de juego, las casas de apuestas, las administraciones de las Loterías Nacionales, los puntos autorizados de venta de productos de la ONCE,... Este tipo de juego está sujeto a los horarios de los establecimientos y de las personas vendedoras de juegos de azar.

## EL JUEGO ONLINE

Este tipo de juego se puede realizar, comprar, desde cualquier dispositivo digital (ordenador, Tablet, teléfono móvil,...) pudiéndose acceder a un sinnúmero de páginas de juegos de azar y apuestas.

El Juego Online tiene una serie de características que hacen que sea una manera de jugar más atractiva (la población joven se decanta por este tipo de práctica) y posiblemente, más adictiva.

- El Anonimato y la Intimidad. Se puede jugar en cualquier lugar sin que nadie sepa que se está haciendo.
- La Accesibilidad: 24 horas al día, 7 días a la semana, 365 días al año. Siempre está abierto.
- Es más fácil desconectar del entorno.
- La rapidez entre apuesta (juego) y resultado.
- En la actualidad, se puede jugar de manera online a prácticamente cualquier juego que se practica de manera presencial. Esto supone que no hay ninguna “traba horaria” a la compra, práctica del juego de azar y apuestas.
- Aumenta la posibilidad de escapar de los problemas y las preocupaciones a través del juego de azar debido a que se puede acceder al mismo en cualquier momento y lugar.





# Uso-abuso juegos de azar

## 4. Uso-abuso

La posibilidad de implicarnos en el juego y jugar a juegos de azar y apuestas surge cada día pero....

### ¿CÓMO PUEDE IMPLICARSE UNA PERSONA CON EL JUEGO DE AZAR?

#### Jugador/a social

Juega para divertirse, por entretenimiento, relacionarse, manteniendo un control total sobre la conducta y puede dejar de jugar cuando lo desee, sin provocarle malestar. Dedicar al juego de azar una cantidad de dinero que depende de sus posibilidades y casi siempre de manera preestablecida. No miente en relación a su conducta de juego y ésta no genera problemas económicos, familiares, laborales,...

#### Jugador/a Problema

Se juega de manera más frecuente con un gasto de dinero que, en ocasiones, puede crear problemas económicos. Tiene menor control sobre su conducta y el jugar más le lleva a dedicar más tiempo y dinero al juego de azar.



IMPLICARSE  
DIVERTIRSE  
JUGADOR/A  
SOCIAL  
DINERO  
PROBLEMAS  
OCULTAMIENTO  
CONDUCTA  
PATOLÓGICO/A  
NECESIDAD  
MENTIRAS  
CONSECUENCIAS  
FAMILIAR

Pueden empezar a producirse algunos problemas con la familia (por el gasto que se hace del dinero, por algunas actitudes y comportamientos que puede mostrar). Se pueden dar algunos momentos de ocultamiento de la conducta.

### **Jugador/a patológico/a**

El juego pierde el carácter social y de entretenimiento convirtiéndose en una necesidad. Interfiere en el funcionamiento normal de la vida cotidiana pudiendo llevar a serios y graves problemas a nivel económico, familiar, social, laboral, académico. Hay dificultades para abandonar la conducta de juego. Mentiras, ocultamiento de la conducta de juego y sus consecuencias.



# La adicción a los juegos de azar



## 5. Adicción

Casi todas y todos hemos oído hablar de Ludopatía, la Adicción a los juegos de azar, pero **¿realmente se sabe qué es? ¿En qué consiste?**

La Adicción a los juegos de azar es una ADICCIÓN COMPORTAMENTAL, que según el DSM-5 (2013) se caracteriza por:

- Preocupación excesiva por el juego.
- Necesidad de apostar cantidades cada vez mayores de dinero para conseguir la excitación deseada.
- Fracaso repetido por controlar o detener la conducta de juego e inquietud cuando se pretende este objetivo.
- Inquietud, irritabilidad cuando se intenta reducir o parar la conducta de juego.
- Utilización del juego de azar para escapar de estados emocionales negativos.
- Mentir sistemáticamente a las personas del entorno más cercano para ocultar la conducta de juego y los problemas derivados de la misma.
- Arriesgar o perder las relaciones interpersonales debido a esta conducta.
- Confiar en que las demás personas van a seguir proporcionando recursos económicos para salir de las situaciones desesperadas.





## TESTIMONIOS

*“Mi vida con las apuestas era la siguiente. Al sonar el despertador, me despertaba y mis primeros pensamientos eran: ¿Qué pasó ayer? ¿Saqué dinero? ¿Qué eventos hay para apostar? ¿A quién debo dinero? Esta activación se mantenía todo el día. Me metía en la cama con la preocupación de las apuestas y me despertaba con el mismo pensamiento. Era agotador. Me sentía excitado.*

*En el mismo día podía experimentar emociones diversas: Me sentía feliz cuando ganaba y tenía bajones cuando perdía. Lo primero lo magnificaba y lo segundo, lo camuflaba”.*

*Afectado, 30 años*

*“Tomo conciencia del problema al darme cuenta de que no tenía dinero y no estaba con la gente. Cuando empiezas a gastarte el dinero casi en cuanto cobras y luego te dedicas a mentir para conseguir más. Siempre pensando que lo vas a recuperar jugando y eso nunca pasa. Pierdes el control de la situación y te acabas sintiendo como una mierda por ello. La verdad es que es muy difícil admitir lo que te está pasando”.*

*Afectada, 37 años*



A man with a beard is sitting at a poker table, looking intently at the cards. He has his hands clasped in front of him. On the table, there are several stacks of poker chips in various colors (red, black, green, white) and a hand of cards. The background is slightly blurred, showing a window with curtains. The entire image has a semi-transparent purple overlay.

¿Cómo afecta  
a la población joven?

## 6. Los/as jóvenes

Según los datos del Observatorio Vasco del Juego (Prevalencia, Hábitos y Perfiles de las personas jugadoras en Euskadi, 2020):

- El 2,2% de la población vasca tiene o ha tenido algún tipo de problemática con el juego de azar a lo largo de su vida. Se estaría hablando de unas 40.000 personas que han tenido problemas a lo largo de su vida.
- El 1,1% ha tenido problemas a lo largo del último año. Se estaría hablando de unas 18.000 personas que la están vivenciando en la actualidad.
- Según se señala en este estudio, “la presencia de problemáticas con el juego varía en función del juego al que se juega”. Es mayor en relación a juegos como póquer online, las apuestas deportivas online, el casino, el bingo, las máquinas tragaperras, las salas de apuestas.
- Si tenemos en cuenta el sexo, el 2,9% de los hombres han desarrollado algún grado de dependencia en su vida mientras que en el caso de las mujeres el porcentaje sería de un 1,3%.
- La presencia de conductas abusivas en relación a los juegos de azar aumenta conforme la edad disminuye. En personas jóvenes de entre 18 y 24 años, es 5 veces mayor (4,5%) que entre personas de 65 años o más (0,9%). Una de las explicaciones puede estar en el tipo de juegos preferidos por la población joven.



¿Cómo se desarrolla  
la problemática de la  
adicción al juego?

# 7. ¿Cómo se desarrolla la adicción?

El desarrollo de la Adicción al juego sigue un patrón que, según Robert Custer (1984) sigue las siguientes fases:

## FASE DE GANANCIA

El tiempo dedicado al juego de azar no es mucho. Se suele conseguir algún premio y se da valor a estos episodios. La ganancia se vive con optimismo. El tiempo en el que la persona puede mantenerse en esa fase puede ir de unos pocos meses a varios años.

## FASE DE PÉRDIDA

La actitud optimista que deriva de la fase anterior hace que se vaya aumentando la cantidad de dinero que se invierte en juego. Y no sólo la cantidad sino también el tiempo (no sólo en juego sino también en la información relativa al mismo). Y van aumentando las pérdidas. La práctica del juego de azar se hace habitual en la vida de la persona. Cada vez necesita más dinero para el juego y cuando ya no es el suyo propio comienza a pedir a la familia, a las personas de su entorno, solicita préstamos,...



GANANCIA  
OPTIMISMO  
PREMIO  
AUMENTAR  
PRÉSTAMOS  
PROBLEMAS  
MAL MOMENTO  
HIPERSENSIBILIDAD  
ABANDONO  
IRRITABILIDAD  
ANSIEDAD  
DESESPERANZA  
AYUDA

La persona jugadora sin dinero piensa que la única manera de conseguirlo es a través del juego. Y esto le hace entrar en un círculo de juego, pérdidas, intento de recuperación de lo perdido, dinero, juego, pérdidas,... Se empieza a observar el deterioro en las relaciones familiares, problemas laborales y sociales, malestar de la persona jugadora,... Puede haber algún robo y también se obtiene dinero a través de préstamos. Este es un mal momento y la persona jugadora puede hablar de su problema y decir que va a dejar de jugar. Pero cuando pasa “el mal momento”, puede ocurrir que juegue de nuevo.

### FASE DE DESESPERACIÓN

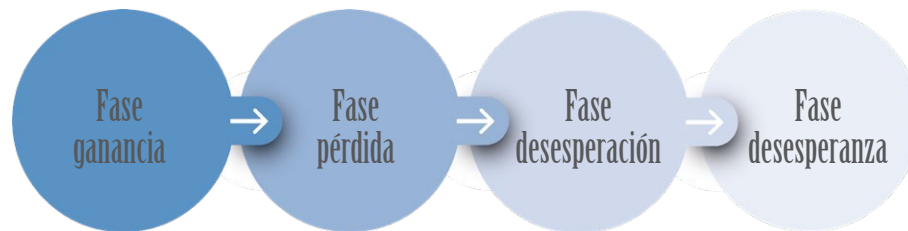
La persona jugadora juega y eso es lo importante. Hay un abandono de la familia, del trabajo, de las personas amigas. A más juego, más necesidad de

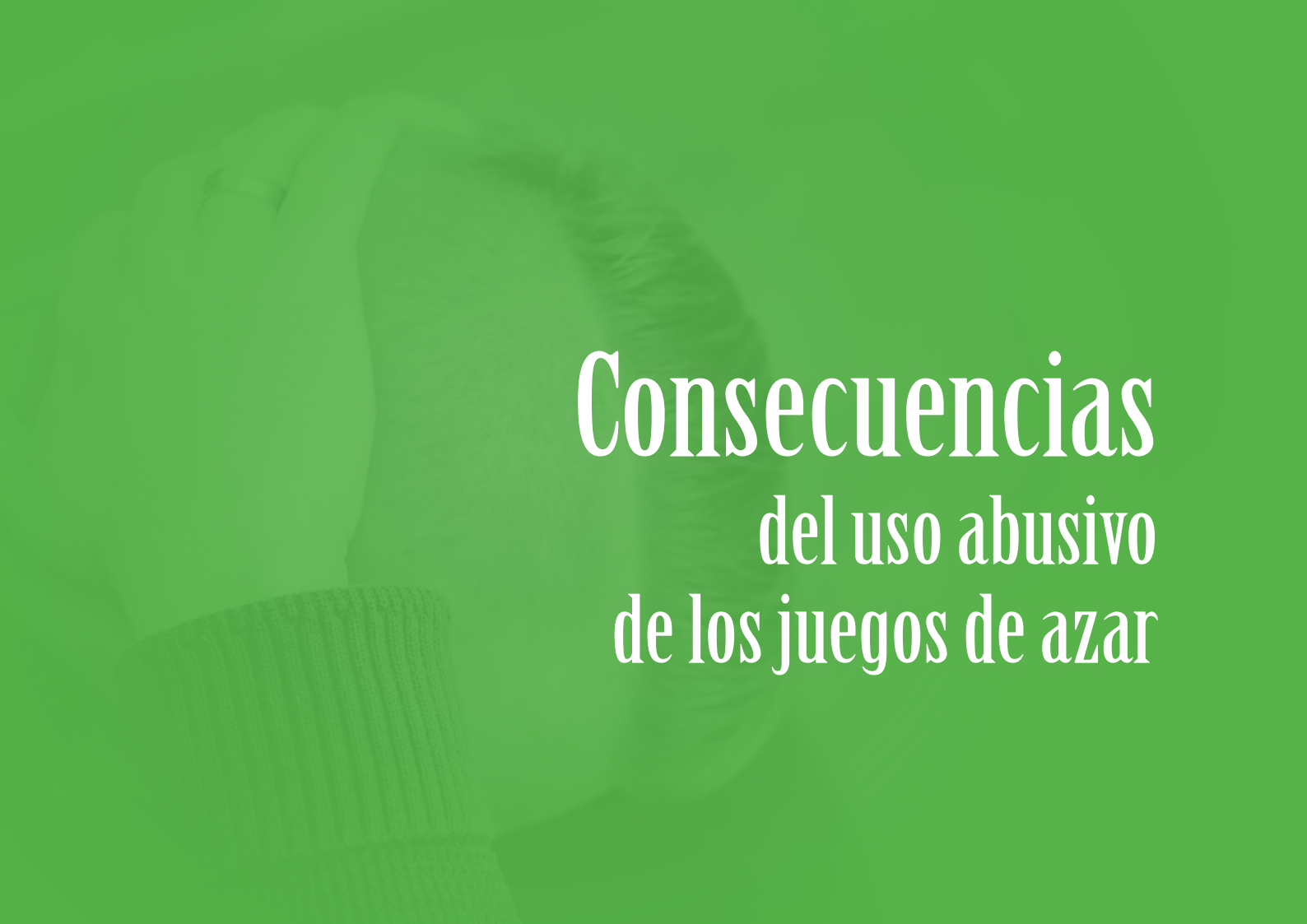


dinero y el círculo en el que está inmerso le lleva a problemas legales como el uso de cheques sin fondos, el robo de dinero del trabajo, de la familia. Esa necesidad hace que aumenten las deudas derivadas de la solicitud de préstamos y su impago. La irritabilidad y la hipersensibilidad aumentan. Están mal psicológicamente y también físicamente. Son personas desesperadas con problemas de depresión, ansiedad. Piensan en el suicidio pero también pueden hacerlo en que es el momento de hablar y buscar ayuda.

## FASE DE DESESPERANZA

En 1991, Lesieur y Rosenthal hablaron de esta cuarta fase en la que señalan que las personas jugadoras ya no ven la esperanza del no juego. Consideran que ya nada se puede hacer para intentar salir del círculo en el que están inmersas.





# Consecuencias del uso abusivo de los juegos de azar



# 8. Consecuencias

## PROBLEMAS EMOCIONALES

Sentimientos de tristeza, ansiedad, depresión, irritabilidad, apatía, baja autoestima.

## PROBLEMAS FAMILIARES

La mentira, la ocultación de la realidad del problema genera un malestar importante en la familia. Surge, aumenta, la desconfianza. Hay problemas de comunicación, dificultades en las relaciones que pueden llevar a un distanciamiento, a la ruptura.

## PROBLEMAS ACADÉMICOS/LABORALES

Disminución en la atención, en el rendimiento laboral/académico, en la concentración. Desmotivación, aparición de faltas injustificadas o justificadas con mentiras. Puede ocurrir el abandono de los estudios, del trabajo, e incluso llegar al despido.

## PROBLEMAS SOCIALES

Aislamiento, pérdida de aficiones, ausencia de actividades de tiempo libre, distanciamiento de amigos/as, pérdida de relaciones significativas.



## Y tú ¿Qué sabes de la ludopatía?

GUÍA PARA CONOCER LOS RIESGOS DE LOS JUEGOS DE AZAR

### PROBLEMAS LEGALES

La desesperación por conseguir dinero puede llevar a la comisión de robos, estafas, otras actividades delictivas.

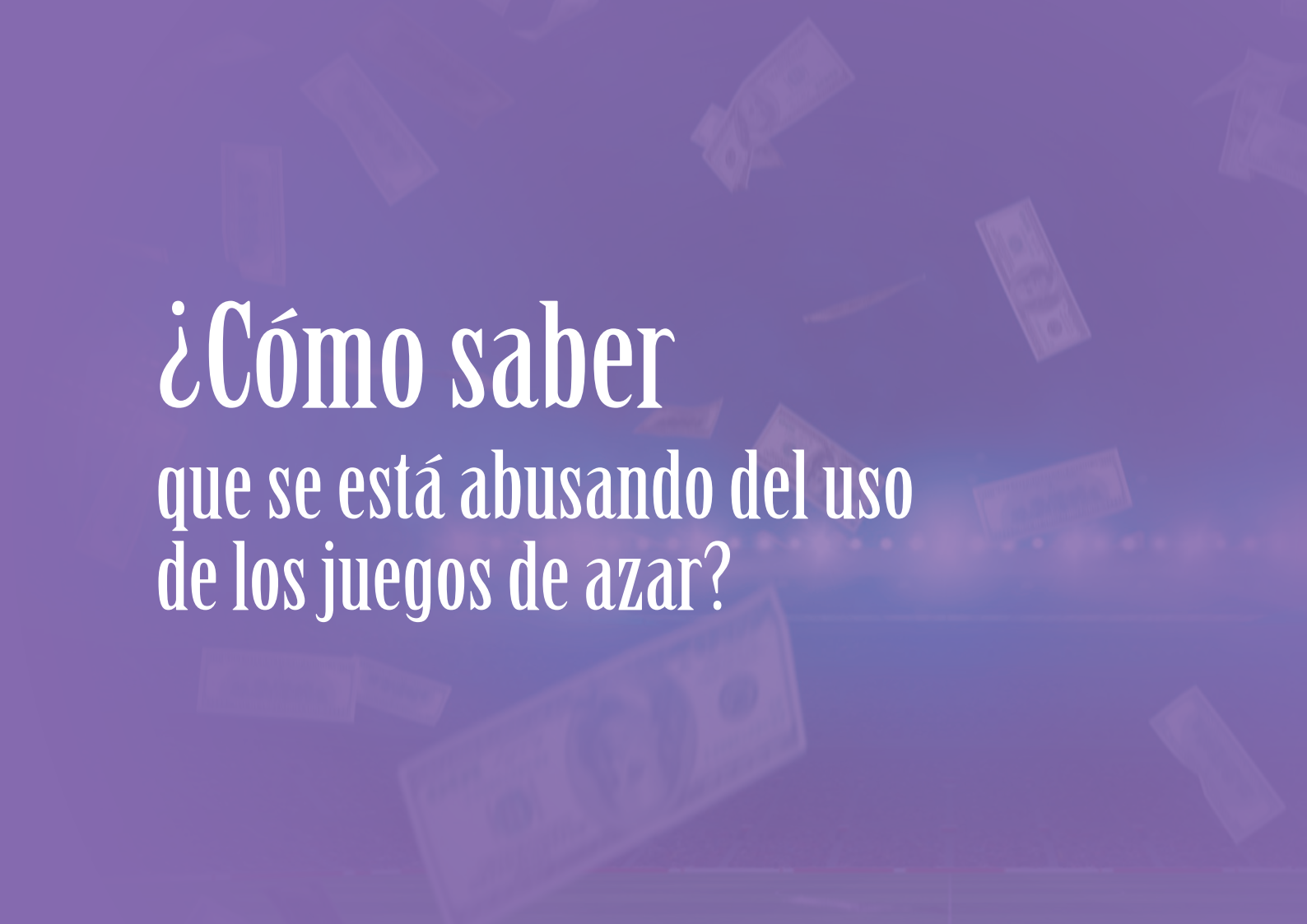
### PROBLEMAS ECONÓMICOS

Las deudas se van acumulando conforme no se deja de jugar. Hay incumplimiento de pagos, pérdida de bienes, descontrol cuando llega algo de dinero, problemas con prestamistas,...

### OTRAS ADICCIONES

En algunos casos, el juego patológico se relaciona con el abuso del tabaco, el alcohol u otras sustancias (cocaína, marihuana, hachís,...).

DEPRESIÓN  
RUPTURA  
APATÍA  
RELACIONES  
ANSIEDAD  
COMUNICACIÓN  
DIFICULTAD  
DESCONFIANZA  
SUSTANCIAS  
DELICTIVO  
ESTAFAS  
DESCONTROL  
PRESTAMISTAS

The background is a solid purple color with a pattern of falling US dollar bills. The bills are scattered across the frame, appearing to fall from the top. The text is centered on the left side of the image.

¿Cómo saber  
que se está abusando del uso  
de los juegos de azar?

# 9. Cómo identificar su uso /abuso

## EN EL COMPORTAMIENTO

- Se juega cada vez más dinero.
- Se dedica al juego más tiempo (jugar/pensar/ver juego).
- Dificultades para dejar de jugar.
- Se dedica al juego más dinero que el que se ha planeado.
- Las actividades se empiezan a desarrollar en función del juego.
- Mentiras.

Pensamientos repetitivos relacionados con el juego: volver a jugar, control sobre el juego, tipo de jugadas a realizar, qué apuestas será mejor hacer, ver resultados,...

## EN EL PENSAMIENTO

## EL JUEGO EMPIEZA A AFECTAR A LA VIDA COTIDIANA

### A NIVEL PSICOLÓGICO

- Irritabilidad
- Vergüenza
- Agresividad verbal
- Nerviosismo
- Depresión
- Cambios de humor
- Sentimientos de culpa

- Insomnio
- Falta de apetito
- Dolores de cabeza
- Posibilidad de síndrome de abstinencia

### A NIVEL FÍSICO



A young woman with long dark hair is shown from the chest up, looking down and to the left with a thoughtful expression. Her right hand is raised to her chin, with her index finger pointing upwards. She is holding a smartphone in her left hand. The background is a solid, warm orange color.

¿Qué está  
ocurriendo  
con los/as jóvenes?

## 10. ¿Y los/as jóvenes?

El acercamiento de las personas jóvenes al juego de azar y apuestas es una realidad que no sólo se ha producido en los últimos años (con la aparición de las apuestas deportivas y el juego online). El acercamiento de los/as jóvenes a juegos como las máquinas tragaperras ya era una realidad desde hace años. Y en algunos casos se daba, y se da, un uso abusivo y descontrolado de esta conducta.

Y no podemos dejar de mencionar que hay personas menores que se están acercando al juego de azar y apuestas y que hay jugadores/as patológicos/as que tuvieron sus primeros contactos con el juego de azar en edades tempranas, siendo menores de edad.

Algunos de los motivos por los cuales las personas jóvenes se sienten atraídas por el juego de azar son:

- Ganar dinero.
- La curiosidad.
- El entretenimiento.
- Búsqueda de sensaciones nuevas y hacer algo diferente.



## Y tú ¿Qué sabes de la ludopatía?

### GUÍA PARA CONOCER LOS RIESGOS DE LOS JUEGOS DE AZAR

Los factores que pueden favorecer que lleguen a tener problemas con los juegos de azar:


- El ganar dinero en los primeros contactos con el juego de azar.
- Una baja tolerancia al aburrimiento.
- La impulsividad.
- La búsqueda de sensaciones fuertes.
- La atracción por experimentar emociones como el riesgo.
- Dificultades de control del dinero y de planificación de la economía.
- Antecedentes en el entorno familiar con problemas con los juegos de azar, alcohol, otras drogas.

*“Mi problema empezó a los 17 años. Empecé apostando en internet poco dinero hasta que me fue engancho y llegué a perder mucho. Después de cerca de dos años apostando a través de la red, siempre apuestas deportivas, lo dejé durante prácticamente un año. Posteriormente llegaron las salas de apuestas a Vitoria y esa fue mi perdición. Estuve apostando de forma constante durante dos o tres años llegando a perder todo el dinero que ganaba trabajando. Continué apostando hasta que perdí el último céntimo que tenía. Entre mi hermano y mis padres me ayudaron para intentar salir de este bache en el que he estado inmerso durante unos seis o siete largos años”*

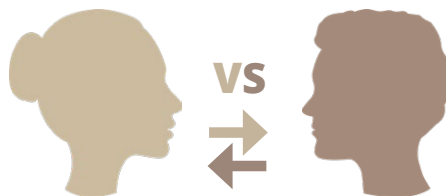
Afectado, 27 años



Mujeres y hombres,  
¿igual?

A hand is shown pointing at a smartphone screen. The background is a soft, out-of-focus bokeh of light spots in various colors, including blue, orange, and white. The overall tone is warm and contemplative.

# 11. Mujeres y hombres, ¿igual?



## MUJERES

- La edad de contacto con el juego es más tardía.
- La progresión del trastorno adictivo es más rápida.
- Las mujeres tienen, con mayor frecuencia, un trastorno afectivo.
- En las mujeres, la soledad y la evasión de los problemas personales son circunstancias que les acercan al juego de azar y al inicio de una posible conducta adictiva.
- Cuando una mujer sufre la adicción al juego de azar es más incomprendida, se reprueba más su conducta. Hay una estigmatización social.
- A las mujeres, teniendo en cuenta lo anterior, les cuesta más asumir su problema lo que retrasa su acercamiento a buscar ayuda y casi siempre lo hace sola.

## HOMBRES

- La Adicción a los juegos de azar es más frecuente en los hombres.
- Suelen tener un contacto más temprano con los juegos de azar.
- La progresión del trastorno adictivo suele ser más “lenta”.
- Los hombres tienen, con mayor frecuencia, un trastorno relacionado con el consumo de sustancias y trastorno antisocial de la personalidad.
- Su conducta de juego suele estar relacionada con la búsqueda de sensaciones.
- Un hombre afectado es visto como “persona enferma” y se le cuestiona menos.
- El hombre que acude buscando ayuda, lo hace acompañado y en muchas ocasiones empujado por su familia.



## RECURSOS

- **ASOCIACIÓN ALAVESA DE JUGADORES EN REHABILITACIÓN (ASAJER)**

c/ General Álava, 25-1ºdrcha. - 01005 Vitoria-Gasteiz

Tfno. 945 140 468

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

[www.asajer.org](http://www.asajer.org)

- **COTA (CENTRO DE ORIENTACIÓN Y TRATAMIENTO DE ADICCIONES)**

c/ Julián Arrese, 5 - 01010 Vitoria-Gasteiz

Tfno. 945 294 040

E-mail [cota.rsma@osakidetza.eus](mailto:cota.rsma@osakidetza.eus)

- **DEPARTAMENTO DE SEGURIDAD DIRECCIÓN DE JUEGOS Y ESPECTÁCULOS  
GOBIERNO VASCO**

c/ Donostia-San Sebastián, 1 - 01010 Vitoria-Gasteiz

Tfno. 945 018 879

E-mail [juegoyespectaculos@euskadi.eus](mailto:juegoyespectaculos@euskadi.eus)

[www.euskadi.eus/gobierno-vasco/juego-espectaculos](http://www.euskadi.eus/gobierno-vasco/juego-espectaculos)

- **DIRECCIÓN DE SALUD PÚBLICA Y ADICCIONES  
GOBIERNO VASCO**

c/ Donostia-San Sebastián, 1 - 01010 Vitoria-Gasteiz

Tfno. 945 019 201

[adicciones@euskadi.eus](mailto:adicciones@euskadi.eus)

