

¿PUEDE LA LUDOPATIA LLEVARTE AL SUICIDIO?

Aunque las cifras varían según el estudio y la región, algunas investigaciones indican que los ludópatas tienen tasas de suicidio hasta 15 veces mayores que la población general.

DR. ALEJANDRO AGUILA TEJEDA

Psicoanalista y Suicidólogo
info@suicidologia.com.mx



El juego compulsivo, que también se conoce como trastorno del juego, es el impulso incontrolable de seguir apostando sin importar las consecuencias que eso tenga en tu vida. Apostar significa que estás dispuesto a arriesgar algo que valoras con la esperanza de ganar algo de mayor valor.

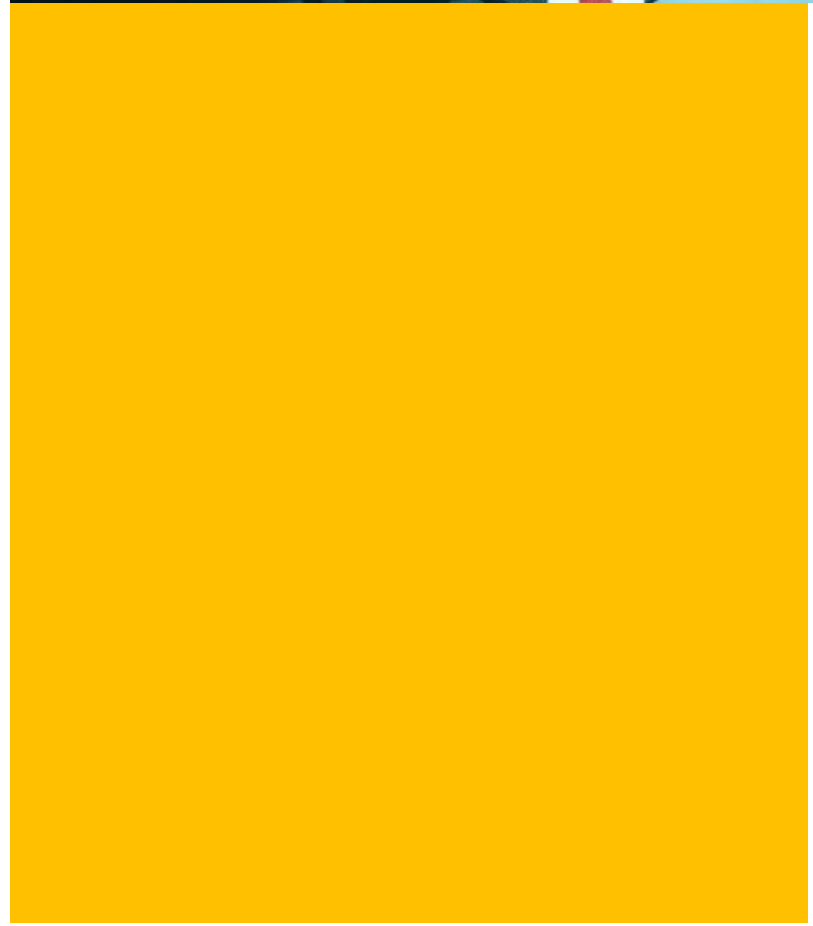
Esto puede estimular el sistema de recompensa del cerebro de forma similar a como lo hacen las drogas ilícitas o el alcohol, lo que genera adicción. Si tienes un problema con el juego compulsivo, es posible que hagas apuestas continuamente que te lleven a perder, agotar tus ahorros y endeudarte. Es posible que ocultes tu comportamiento e incluso recurras al robo o al fraude para alimentar tu adicción.

No se comprende bien qué lleva a una persona a jugar de manera compulsiva. Al igual que muchos otros problemas, el juego compulsivo puede ser consecuencia de una combinación de factores **biológicos, genéticos y ambientales**.

El juego patológico fue reconocido como entidad nosológica y con criterios diagnósticos en 1980 por el American Psychiatric Association (APA), y como un trastorno en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM III; DSM por sus siglas en inglés)⁹) y reaparece en consecutivas ediciones del DSM-IV),¹⁰ en el que la ludopatía se incorpora en el apartado de los trastornos del control de los impulsos.

Etimológicamente, el término ludopatía, está formado por el vocablo ludus, de origen latino que significa 'yo juego' o 'juego' y el prefijo griego παθο-, pato-, que equivale a dolencia o afección; o sea, enfermedad del juego y pasión por el juego, la segunda acepción puede interpretarse en la práctica clínica, como adicción por el juego.^{6,7}) Porque, tal como lo define la Real Academia Española.

El juego compulsivo es una afección grave que puede destruir vidas. Aunque tratar juego compulsivo puede ser desafiante, muchas personas que luchan contra este han encontrado ayuda mediante el tratamiento profesional.



Ochoa y Labrador,²³ clasifican a los jugadores como: **jugador social, jugador problemático, jugador patológico o ludópata y profesionales.** El jugador problemático tiene una forma de juego excesiva, pero no cumple los criterios diagnósticos de jugador patológico de acuerdo con el Manual diagnóstico y estadístico de trastornos mentales.

COMO PUEDO SABER SI TENGO UNA ADICCION AL JUEGO (si soy ludópata)

- Estar preocupado por apostar, como planificar actividades con apuestas constantemente, y por cómo obtener más dinero para apostar.
- Necesidad de apostar cantidades cada vez mayores de dinero para sentir la misma emoción.
- Intentar controlar, corregir o abandonar las apuestas y no poder hacerlo.
- Sentirse intranquilo o irritable cuando se intenta dejar las apuestas.
- Apostar para evadir los problemas o aliviar sentimientos de impotencia, culpa, ansiedad o depresión.
- Intentar recuperar el dinero perdido apostando más (recuperar las pérdidas).
- Mentir a tus familiares o a otras personas para ocultar la gravedad de la manera en que juegas compulsivamente.
- Poner en riesgo o perder relaciones importantes, un trabajo u oportunidades educativas o laborales debido al juego compulsivo.
- Pedirles a otras personas que te saquen de apuros financieros porque perdiste tu dinero apostando.

La mayoría de los apostadores casuales dejan de apostar cuando pierden o establecen un límite de cuánto dinero están dispuestos a perder. Sin embargo, las personas con un problema de juego compulsivo sienten el impulso de seguir jugando para recuperar su dinero, un patrón que se vuelve cada vez más destructivo con el tiempo. Algunas personas pueden recurrir al robo o al fraude para obtener dinero para apostar.

Algunas personas que tienen un problema de juego compulsivo pueden tener períodos de remisión, un período en el que apuestan menos o nada en absoluto. Sin embargo, sin un tratamiento, la remisión no suele ser permanente.

Bases Biológicas de la Ludopatía.

La única base sólida que existe en esta línea, aunque de escaso valor clínico, es la procedente de algunos estudios que apuntan a alelos asociados con variaciones en los receptores de dopamina. Según se ha visto, las variaciones pueden ser más comunes en personas dependientes de sustancias que en individuos no dependientes de las mismas.

Una hipótesis en la investigación de las dependencias ha sido hasta ahora la teoría de la estimulación psicomotriz, de forma que los mecanismos biológicos para la estimulación y para los efectos reforzadores de las sustancias o el juego serían los mismos o por lo menos tendrían elementos comunes. Este sería el caso de la activación de neuronas dopaminérgicas del sistema mesocorticolímbico.



El comportamiento de un ludópata puede pasar desapercibido al principio. Al fin y al cabo, es un tipo de adicción comportamental que no muestra signos físicos y que se desarrolla a escondidas. Cuando por fin se hace necesaria la intervención psicológica, nos encontramos con una asiduidad que es la impronta de un trauma de infancia.

El abuso físico o emocional y las familias disfuncionales son esos dos ejes que suelen orbitar alrededor de estas personas y que tienden a producir una gran vulnerabilidad emocional.

Aspectos Psicodinámicos del Ludópata

1. Traumas en la infancia.
2. Familias disfuncionales
3. Falta de control de impulsos
4. Poca tolerancia a la frustración
5. Escapar de la realidad
6. Distorsiones cognitivas.
7. Autoestima fragmentada.

Las investigaciones científicas muestran una fuerte vinculación entre ludopatía y suicidio.

Existen múltiples estudios que han vinculado la ludopatía con el suicidio, pero uno llama especialmente la atención: Problem gambling and suicidality in England: secondary analysis of a representative cross-sectional survey, que fue publicado en la revista médica Public Health en el año 2020, hace muy poco tiempo.

En esta investigación, se recogió a un grupo muestral aleatorio de 7.403 adultos residentes en Inglaterra, y se trató de correlacionar el problema del juego con una mayor probabilidad de presentar pensamientos suicidas. Para sorpresa de pocos, los pacientes ludópatas presentaban casi un 20% de tendencias suicidas, en comparación con el 4% de la población total. De forma exacta, las probabilidades de plantearse el suicidio eran 5,3 veces mayor en las personas que tenían un problema con el juego.

Vamos más allá, pues **el 4,7% de los pacientes ludópatas no solo habían pensado en el suicidio, sino que lo intentaron.** Existen muchos más datos que nos permiten cuantificar la clara vinculación del juego y este evento, pues en algunos hospitales (en este caso el Alfred Hospital's emergency department, Australia) **hasta el 17% de las personas ingresadas tras un intento de suicidio en el año 2010 fueron ludópatas.**

Cabe destacar que esta correlación no es unidireccional. Una persona puede desarrollar depresión derivada de los efectos del juego (pérdida económica, falta de trabajo, aislamiento social, etc.), pero también es posible que una persona deprimida trate de encontrar emoción en el juego. La causalidad de ambos eventos depende de cada persona y caso.

Tratamiento y prevención de la adicción al juego
Para abordar la ludopatía como enfermedad mental, es fundamental implementar medidas de tratamiento y prevención eficaces. Algunas estrategias y enfoques que se han demostrado útiles incluyen:

Terapia cognitivo-conductual: Esta terapia ayuda a los individuos a identificar y cambiar patrones de pensamiento y comportamiento relacionados con la ludopatía. Ayuda a desarrollar habilidades para resistir la urgencia de jugar y afrontar situaciones de riesgo.

Apoyo psicológico: La terapia individual o grupal con un profesional de la salud mental especializado en adicciones puede ser de gran ayuda para los ludópatas. Proporciona un espacio seguro para explorar las emociones subyacentes y aprender estrategias de afrontamiento saludables.



Medicación: En algunos casos, se pueden recetar medicamentos para tratar síntomas asociados como la ansiedad o la depresión. Es importante siempre consultar con un médico o psiquiatra antes de iniciar cualquier tratamiento farmacológico.

Por supuesto como todas las adicciones el tratamiento multi e interdisciplinario es el que más ayuda al paciente.

1	<i>Cometer delitos para conseguir dinero para jugar</i>	2	<i>Sentirse inquieto o irritable al tratar de jugar menos o dejar de jugar</i>
3	<i>Jugar para escapar de los problemas o de sentimientos de tristeza o ansiedad</i>	4	<i>Apostar mayores cantidades de dinero para intentar recuperar las pérdidas previas</i>
5	<i>Haber tenido muchos intentos infructuosos por jugar menos o dejar de jugar</i>	6	<i>Perder el trabajo, una relación u oportunidades en estudios o carrera debido al juego</i>
7	<i>Mentir sobre la cantidad de tiempo o dinero gastada en el juego</i>	8	<i>Necesidad de apostar cantidades cada vez más grandes de dinero para sentir excitación</i>
9	<i>Necesidad de pedir dinero prestado para sobrevivir debido a las pérdidas ocasionadas por el juego</i>	10	<i>Pasar mucho tiempo pensando en el juego, experiencias pasadas o formas de conseguir más dinero con que jugar</i>

Niveles	Problemas por Juego
Emocional	Tristeza, estrés, baja autoestima y poco autocontrol
Conyugal y Familiar	Conflictos con pareja (separación, divorcio...) y familia (disputas, riñas...)
Laboral	Baja concentración, rendimiento, absentismo laboral
Tiempo Libre	Abandono práctica actividades ocio...
Social	Aislamiento social, abandono vida social...
Económico	Deudas, créditos...
Judicial	Actividades ilegales para financiar el juego y repercusiones legales

Para reflexionar

Es tarea prioritaria de los sectores académicos y de investigación, promover estudios regionalizados para conocer los efectos reales que esta sociopatía tiene en México y estimular la capacitación de terapeutas especializados en ludopatía. El asunto es materia de salud pública y por tanto asignatura obligada y pendiente para las instancias de gobierno involucradas en el tema de las adicciones y/o enfermedades mentales.

Bibliografía Utilizada

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/compulsive-gambling/symptoms-causes/syc-20355178>

<https://www.addtoany.com/share?url=https%3A%2F%2Fwww.consumer.es%2Fsalud%2Fatencion-sanitaria%2Flas-bases-biologicas-de-la-ludopatia.html&title=Las%20bases%20biol%C3%B3gicas%20de%20la%20ludopat%C3%ADa%20%7C%20Consumer>

<https://www.funlam.edu.co/modules/fondoeditorial/item.php?itemid=240>

https://r.search.yahoo.com/_ylt=AwrNaH3XatRnk5kNliPv8wt.;_ylu=Y29sbwNiZjEEcG9zAzEEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1742003032/RO=10/RU=https%3a%2f%2fpsicologiaymente.com%2fclinica%2fludopatia-relacion-suicidio/RK=2/RS=9wDPL_xPR2OIC9F0pTOG67srhAU-

https://r.search.yahoo.com/_ylt=AwrNaH3XatRnk5kNlyPv8wt.;_ylu=Y29sbwNiZjEEcG9zAzlEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1742003032/RO=10/RU=https%3a%2f%2fluismiguelreal.blog%2f2023%2f06%2f14%2fludopatia-y-suicidio%2f/RK=2/RS=rBrjDsWoNjrVJQGP_iJnkX_znx8-



Instituto Hispanoamericano de Suicidología
Dr. Alejandro Águila y Asociados, A.C.

Alejandro Águila Tejeda

Director General INHISAC
Instituto Hispanoamericano de
Suicidología

- **Licenciado** en Psicología por la Universidad Intercontinental y **especialidad** en área clínica.
- **Maestría** en Psicoterapia Psicoanalítica. Universidad Intercontinental
- 5° Semestre del **Doctorado** en Psicoanálisis Universidad Intercontinental

