

FOLLETO INFORMATIVO

CÓMO DETECTAR EL PROBLEMA DE

ADICCIÓN

AL

JUEGO



Y RECURSOS PARA PEDIR AYUDA



EL JUEGO PATOLÓGICO: UN RETO SOCIAL QUE AFECTA A TODA LA POBLACIÓN

Vivimos en una sociedad en constante transformación, en la que las nuevas tecnologías nos ofrecen grandes oportunidades, pero también presentan riesgos. Uno de los más preocupantes es el acceso cada vez más fácil a los juegos de azar y las apuestas, especialmente entre adolescentes y jóvenes. Hoy en día, basta un teléfono móvil, una tableta o un ordenador para tener a un clic ruletas, apuestas deportivas o juegos online.

Desde la Unidad de Prevención de Conductas Adictivas (UPCCA), en colaboración con el ayuntamiento de La Pobla de Vallbona y la Conselleria de Sanidad, hemos elaborado una guía informativa con el objetivo de apoyar a personas que tienen alguna sospecha de que pueden tener problemas con los juegos de azar y apuestas o personas que hayan detectado el problema en algún familiar o persona de su entorno a la que quieran ayudar.

En la actualidad, la inmediatez de la recompensa, el acceso 24 horas al día, el anonimato y el entorno íntimo facilitan la pérdida de control a la hora de jugar a juegos de azar.

En un primer momento, aparece como una forma de entretenimiento, pero cuando se convierte en un hábito descontrolado puede derivar en ludopatía o juego patológico, un problema de salud que afecta, no solo a la persona jugadora, sino también a su entorno familiar y social.

Las máquinas tragaperras también presentan un grave problema. Estas máquinas, que dependen totalmente del azar, dan una alta ganancia al establecimiento, pero no para quien juega. Se encuentran en locales como bares o restaurante, sin control de acceso, lo que contribuye a que menores y adolescentes tengan fácil acceso a ellas y se inicien en su uso.

En la Comunidad Valenciana se han tomado medidas importantes para frenar este problema. La **Ley 1/2020** de regulación del juego y prevención de la ludopatía ha permitido, por ejemplo, limitar la apertura de locales de juego cerca de colegios o impedir nuevas máquinas de apuestas en bares y restaurantes. También se han realizado numerosas inspecciones y existe un sistema para limitar el acceso de personas con problemas de juego en locales de apuestas o casino, entre otros. Aun así, los datos muestran que el reto sigue siendo enorme.

Desde 2023
en nuestra comunidad
el juego online aumentó

50%

El juego problemático no entiende de edades, géneros o clases sociales. Cualquier persona puede verse afectada. Por eso es fundamental **informar, sensibilizar y actuar desde edades tempranas**, enseñando a hacer un uso responsable de las tecnologías y evitando la normalización de las apuestas como forma de ocio.

Por todo ello es importante trabajar para hacer frente al problema de la ludopatía.

¿Los juegos de azar y apuestas pueden ser una adicción?

La respuesta es sí. En un primer momento el trastorno del juego fue considerado una falta de control de impulsos en el Manual Diagnóstico y Estadístico de Los Trastornos Mentales (DSM-III).

En la actualidad es considerada como enfermedad. Siendo la única adicción sin sustancia con esta valoración.

Se trata de un problema adictivo "sin sustancia" que se caracteriza por un fracaso progresivo y constante a la hora de controlar los impulsos por jugar apostando dinero, menospreciando cualquier consecuencia negativa.

El problema no es tanto la frecuencia con la que se realizan estas conductas, sino la pérdida de control de la persona y la relación de dependencia que tiene con el hábito de jugar.





¿Cómo detectar las señales de alerta?

- Si diariamente **dedicas tiempo a pensar en el juego** de forma consciente o inconsciente.
- Si aumentan las **cantidades que dedicas a jugar** para conseguir satisfacción.
- Si tienes una **gran necesidad de volver a jugar** para recuperar las pérdidas anteriores.
- Si empiezas a **pedir dinero prestado o solicitas algún crédito** para seguir jugando.
- Si has tenido que **recurrir a la venta de objetos personales o al robo de dinero** para seguir jugando.
- Si muestras **irritabilidad o nerviosismo cuando no puedes jugar** o te interrumpen durante el juego.
- Si utilizas el juego para **evadirte de tus problemas** o aliviar la tristeza.
- En el caso de jóvenes, **la bajada del rendimiento académico** y/o aumento del aislamiento social.
- Si se empiezan a **deteriorar tus relaciones familiares o personales** porque no les dedicas tiempo.
- Si necesitas **mentir o engañar a personas de tu entorno**, estudios o trabajo para jugar o esconder el tiempo que inviertes jugando.
- Si los intentos de **pasar unos días sin jugar han sido fallidos**.

¿Cómo podemos prevenir este problema?

- ⊗ Con información contrastada sobre la realidad del juego y las apuestas.
- ⊗ Invertir tu tiempo en alternativas de ocio activo y saludable.
- ⊗ Tener una buena red de apoyo de amistades y/o familiar.
- ⊗ Tener supervisión y comunicación en el entorno familiar.
- ⊗ Implicar a jóvenes en programas de sensibilización.
- ⊗ Tratar el tema de forma clara y directa.



A close-up photograph of a person's hands lighting a playing card. The person is holding a lighter in their left hand and a playing card in their right hand. The card is being held over the flame of the lighter, and a small amount of smoke is rising from the top edge of the card. The background is blurred, showing the person's face and upper body. The entire image has a strong blue color cast.

**Detente antes de que el
azar se convierta en tu
única realidad**

¿Cómo puede afectar este problema?

- Se pueden generar deudas, tener incumplimientos de pagos, precariedad económica y **problemas para cubrir necesidades básicas**.
- Afecta a la autoestima**, generando sentimiento de culpa, tensión, ansiedad, irritabilidad y, en los casos graves, ideas de suicidio.
- Provoca insomnio**, falta de apetito, dolores de cabeza o síntomas asociados a la falta de sueño y el estrés como la fatiga, el cansancio, etc.
- A nivel familiar, las mentiras o el clima de desconfianza debido a las cantidades de dinero invertidas en el juego, **afectan negativamente a las relaciones** y empeoran la comunicación familiar.
- Se produce un **aislamiento social** por parte de la persona que se siente juzgada y busca continuar con la conducta. Se pierden relaciones, hobbies y actividades lúdicas.
- En el trabajo puede afectar a la atención, la concentración, el rendimiento y puede provocar **pérdida de oportunidades laborales o el despido**, en el peor de los casos.
- También puede desencadenar el cometer robos, **entrar en actividades ilegales** o problemas judiciales graves.

Si tienes un problema con el juego o conoces a alguien de tu entorno que necesita ayuda, ¿Qué puedes hacer?

- Pedir asesoramiento en la Unidad de Prevención de Conductas adictivas (UPCCA)** de La Pobla de Vallbona 670234687.
- Si detectas problemas vinculados a las apuestas o los juegos de azar puedes **inscribirte en un registro de prohibiciones de acceso a los establecimientos de juego de la Comunidad Valenciana** (casinos de juego, salas de bingo, salones de juego y locales específicos de apuestas) o en el registro de la Dirección General de Ordenación del Juego (DGOJ) donde tendrás prohibido el acceso a establecimientos físicos a nivel nacional y a portales de juego en línea.

Para tramitar la solicitud, puedes hacerlo por cuatro vías:


a. De forma online en www.gva.es o en www.ordenacionjuego.es en el apartado de trámites donde encontrarás todos los detalles y el formulario de inscripción. Puedes tramitar tu solicitud con tu certificado electrónico o el sistema cl@ve o descargarte el formulario disponible.

b. A través de la aplicación "**DNI autoprohibidos**", descargándola y registrándote en tu teléfono móvil, donde podrás inscribirte, modificar y obtener un certificado de situación en el Registro General de Interdicciones de Acceso al Juego (RGIAJ) de la DGOJ

C. De forma presencial, descargando el formulario de solicitud, imprimiéndolo y presentándolo en una oficina de registro, o en las oficinas de atención ciudadana (OAC) más próxima a tu municipio.

La dirección de la OAC en el municipio es Av. De Colón nº93 La Pobla de Vallbona.

d. Dirigiéndote a la Unidad de prevención comunitaria de conductas adictivas (UPCCA) de La Pobla de Vallbona, ubicada en la segunda planta del centro social, calle de la Senyera, 31.

 También puedes **solicitar la derivación a la unidad de conductas adictivas (UCA)** en tu centro de salud de referencia.

 **Otros recursos especializados de la Comunidad Valenciana** en la atención a personas con problemas de ludopatía con los que puedes contactar son:

Nombre	Dirección	Teléfono
Proyecto Hombre Valencia	C/ Padre Esteban Pernet, 1, bajo. 46014, Valencia.	963 597 777
Médicos del Mundo Valencia	C/ Carniceros, 14, bajo izquierda. 46001, Valencia.	963 916 767
Llaurant La Llum	C/ Escultor Antonio Sacramento, 17 Esc. 2 - Piso 1º - Puerta 5 46013 Valencia	961 232 870 666 586 173 690 855 994
Fundación ADSIS	C/ Ruben Vela, 48. 46013, Valencia.	963 954 676
Asociación AVANT	Av. San José Artesano, 5, bajo. 46025, Valencia.	963 462 967 620 818 200
JA. Jugadores anónimos de España	C/ Guillem de Castro, 40, Bajo. 46001, Valencia.	699 314 665
Jugadores Anónimos - Valencia	C/ Blasco Ibáñez nº55 46021 Valencia C/ de la Ermita nº 1 - 1 Iglesia San Vicente Mártir 46007 Valencia Plaza San José Nº 1 Iglesia de San José 46702 Gandia	625 769 840 670 691 513 667 343 359