

# Recursos del juego

## ¿DE QUÉ SE TRATA ESTE FACTOR?

Este factor presenta información acerca de los recursos que pueden usar las personas para prevenir y reducir el perjuicio del juego. Los recursos incluyen programas para prevenir el desarrollo de comportamiento de juego perjudicial y las intervenciones para reducir los perjuicios después de que ocurre. Otros recursos incluyen herramientas para evaluar el riesgo relacionado con productos específicos del juego.

## ¿POR QUÉ ESTE FACTOR ES IMPORTANTE?

Se estima que solo del 7 % al 12 % de las personas con problemas de juego buscan ayuda. Las personas, con frecuencia, desconocen los recursos que tienen disponibles. Además, es posible que las personas no busquen ayuda debido a motivos prácticos, como las limitaciones de tiempo y financieras, y cuestiones psicosociales como la vergüenza y el miedo a la estigmatización. Algunos entornos culturales alientan a la autoayuda y a la responsabilidad individual de vivir de manera saludable, aunque, las personas pueden creer que necesitan resolver sus problemas de juego por su cuenta.

Las regiones pueden variar ampliamente en los recursos del juego que están disponibles para las personas. Algunos estudios de investigación respaldan los beneficios de algunos de estos recursos, aunque existe evidencia limitada de otros. Este factor presenta el conocimiento actual acerca de los recursos del juego y, si son efectivos en la prevención y la reducción del perjuicio del juego.

## ¿QUÉ TEMAS ABARCA ESTE FACTOR?

### **Reducción, prevención y protección contra el perjuicio**

Muchas regiones cuentan con políticas y programas que limitan la exposición al juego y protegen a las personas del perjuicio a causa de este. Al mismo tiempo, las regiones pueden permitir la promoción del juego mediante la publicidad y la comercialización. Por ejemplo,

durante la transmisión de los eventos deportivos pueden presentarse comerciales de juego y los logotipos de empresas de juego pueden figurar en el campo y en los uniformes de los jugadores.

Se utilizaron diversos programas para prevenir y reducir el perjuicio del juego. Algunas regiones cuentan con programas escolares muy desarrollados para adolescentes y jóvenes adultos para prevenir el desarrollo de problemas de juego. Las campañas de concienciación pública tienen como fin influenciar las actitudes y el conocimiento de las personas con respecto al juego. No obstante, muchas de estas campañas todavía tienen que incluir pautas acerca del juego seguro. La evidencia de que estas campañas pueden afectar el comportamiento del juego es insuficiente.

Existe evidencia más contundente para recursos que apuntan a las características de los productos o los lugares de juego. Por ejemplo, los mensajes emergentes que advierten a los jugadores del comportamiento riesgoso del juego pueden ser eficaces. Los mensajes surten más efecto si aparecen en el centro de la pantalla, interrumpen el juego y requieren que los jugadores los eliminen en forma activa.

Existen programas de autoexclusión para personas que tienen inquietudes acerca de sus comportamientos de juego. Estos programas permiten que las personas se prohíban acceder a determinados lugares o sitios web de juego durante un tiempo. La evidencia demuestra que los resultados de la autoexclusión es la reducción del juego y la mejora del bienestar, sin embargo, el uso de los programas de autoexclusión en muchas regiones es muy bajo.

### **Evaluación del riesgo**

Se desarrollaron muchas herramientas para evaluar el riesgo relacionado con productos específicos del juego. Estas herramientas califican los productos de juego en una escala que va desde relativamente sin perjuicio a relativamente perjudicial. Por ejemplo, AsTERiG (herramienta para evaluar la posibilidad de riesgo de distintos tipos de juego) califica los productos de juego

sobre la base de 10 factores (p. ej., frecuencia del juego desde que se realiza la apuesta hasta que se conoce el resultado, el monto de la apuesta, etc.). Dos otras herramientas que se utilizan comúnmente son GamGard y TRG (Tools for Responsible Games). AsTERiG y TRG se usan en la actualidad en algunos países europeos. Las empresas de juego utilizan GamGard que pertenece a la World Lottery Association (Asociación Mundial de Lotería).

Algunas empresas de juego desarrollaron sistemas computarizados para realizar seguimiento a los patrones de juego entre los clientes. Luego se les proporciona críticas constructivas a los clientes que, aparentemente, tienen problemas de juego o están en riesgo de desarrollarlos.

## Intervenciones

Las opciones de tratamiento para las personas con problemas de juego varían de región en región. Los tratamientos se ofrecen en forma individual o grupal, en persona, por teléfono o en línea. En algunas regiones, se pueden ofrecer tratamientos de juego como parte de los sistemas de tratamiento de salud mental. En otras, se ofrecen como parte del tratamiento de adicciones o como servicios independientes. Esto afecta a quién puede acceder al tratamiento y cómo pueden acceder a este. En general, el tratamiento en persona es más útil y se observan más beneficios en las personas que cumplen mejor con la participación (p. ej., asistir a más sesiones).

### *Psicoterapia*

Existe un gran respaldo para las terapias cognitivo-conductuales en el tratamiento de problemas de juego. En las terapias cognitivo-conductuales, los jugadores identifican sus pensamientos y las creencias acerca del juego, aprenden a afrontar su compulsión a jugar y las situaciones que pueden llevarlos a jugar en forma excesiva. Las entrevistas motivacionales y los enfoques de concienciación también cuentan con respaldo. Las entrevistas motivacionales ayudan a los jugadores a descubrir qué piensan y sienten acerca del juego para poder cambiar.

Existe evidencia de que incluso una sola sesión puede ayudar a reducir el juego. Debido a que algunas personas buscan tratamiento para los problemas de juego, las intervenciones breves pueden ser beneficiosas. Todavía se necesita investigación para comprender los efectos a largo plazo de la mayoría de las psicoterapias. Además, es posible que las personas que tienen problemas de juego padezcan otras enfermedades mentales, como la depresión y la drogadicción. Por lo tanto, es necesario

comprender cómo una enfermedad mental concurrente puede afectar la respuesta al tratamiento por problemas de juego.

### *Farmacoterapia*

En la actualidad, todavía no existen medicamentos aprobados para el tratamiento por problemas de juego. Los antagonistas opioides, como la naltrexona, demostraron contar con el mayor respaldo. Los antagonistas opioides se dirigen a las vías de la dopamina en el cerebro, que es la que participa en el procesamiento de información acerca de recompensas. Se debe considerar la presencia de enfermedades mentales concurrentes en la toma de decisiones del tratamiento. Los antagonistas opioides podrían ser más adecuados para las personas que también tienen trastornos de drogadicción, mientras que los medicamentos antidepresivos o los estabilizadores del estado de ánimo podrían ser más apropiados para las personas que tienen depresión o trastornos bipolares.

## Respaldo mutuo

En los grupos de respaldo mutuo, las personas con problemas de juego pueden ayudarse unos a otros a recuperarse mediante el intercambio de conocimientos y el ofrecimiento de consejos. Contar la historia propia y escuchar las historias ajenas es central en el proceso de recuperación. Jugadores Anónimos (JA) es el grupo de respaldo mutuo más conocido, la evidencia es variada con respecto a los efectos terapéuticos. Se demostró que es favorable la combinación de la asistencia a JA y la psicoterapia.

## Autoayuda

Las herramientas de autoayuda pueden ser en distintos formatos, por ejemplo, libros prácticos impresos, grabaciones de audio y video, y programas telefónicos o en línea. Las herramientas de autoayuda son prácticas, privadas y asequibles. La investigación sugiere que las herramientas de autoayuda son menos efectivas que los tratamientos en forma personal, pero esas opciones pueden resultar decisivas.

Este es un resumen del factor biológico, uno de ocho factores interrelacionados que comprenden el Marco de trabajo conceptual del juego perjudicial. Si desea más información acerca de este factor, consulte el [informe completo](#) o ingrese en la [página web de los factores de recursos del juego](#) del sitio web de GREO.