

Guía

PARA ADOLESCENTES Y JÓVENES juegos de azar y videojuegos



ASOCIACIÓN ALAVESA
DE JUGADORES EN
REHABILITACIÓN
ERREHABILITAZIOAN DIREN
ARABAKO JOKALARIEN ELKARTEA



Argibidea/Información
asajer@telefonica.net



EUSKO LEHIAKETA
GOBIERNO VASCO

DEPARTAMENTO DE SALUD
DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD
GOBIERNO VASCO
GOVERNMENT OF BASQUE COUNTRY
Vitoria-Gasteiz, Spain
© 2017. All rights reserved.

Edición

1ª, diciembre 2022

Internet

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

Edita

ASAJER

Errehabilitazioan diren Arabako Jokalarien Elkartea
Asociación Alavesa de Jugadores en Rehabilitación

Colabora

Departamento de Seguridad. Viceconsejería de Seguridad.
Dirección de Juego y Espectáculos

Traducciones

HIGAN

Diseño y maquetación

Begoña Paino Ortuzar

Depósito Legal

XXXXX

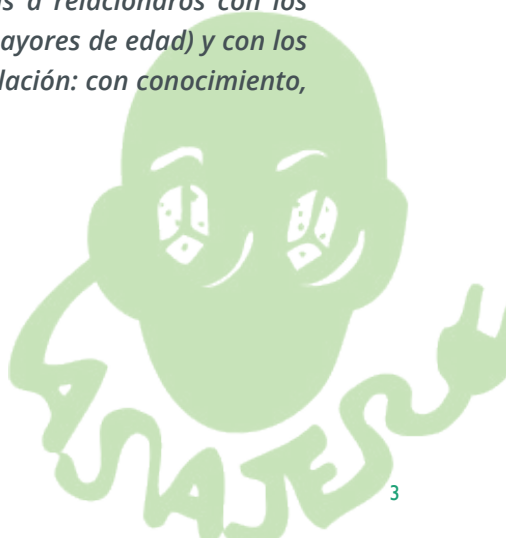
PRESENTACIÓN

Que las personas adolescentes y jóvenes se han acercado, y se acercan, a los juegos de azar es un hecho. Que lo hacen sin el conocimiento de los riesgos que puede suponer un juego sin criterio y descontrolado, también.

Que los videojuegos son uno de los juegos a los que los/as adolescentes y jóvenes dedican tiempo, es algo que ellos y ellas nos dicen y que diferentes informes así lo confirman. Y es real que un uso sin control de los mismos puede llegar a generar problemas.

Que cada vez se habla más de la relación entre videojuegos y juegos de azar cuando se tienen en cuenta los Micropagos, las cajas de botín,... es una realidad.

Teniendo en cuenta todo lo anterior presentamos esta Guía, sencilla y sin muchas pretensiones, pero lo suficientemente clara como para que vosotros/as, adolescentes y jóvenes, podáis tener información suficiente, poner en marcha el pensamiento crítico y decidir si vais a relacionaros con los juegos de azar (siempre que seáis mayores de edad) y con los videojuegos y cómo ha de ser esa relación: con conocimiento, con control, ...





ÍNDICE

LOS JUEGOS DE AZAR Y APUESTAS

DATOS SEGÚN EL INFORME SOBRE PREVALENCIA, HÁBITOS Y PERFILES DE LAS PERSONAS JUGADORAS EN EUSKADI	8
TIPOS DE JUEGO	10
QUÉ FACTORES PUEDEN PROTEGER PARA NO LLEGAR A UNA ADICCIÓN A LOS JUEGOS DE AZAR	11
QUÉ FACTORES PUEDEN FAVORECER QUE SE TENGAN PROBLEMAS CON EL JUEGO DE AZAR	12
CÓMO IDENTIFICO QUE ESTOY ABUSANDO DEL JUEGO DE AZAR	13
UN PRINCIPIO, VARIOS DESTINOS	14
LA ADICCIÓN A LOS JUEGOS DE AZAR. CONSECUENCIAS	15
QUÉ HACER SI VEO QUE ESTOY ABUSANDO/DESCONTROLANDO CON EL JUEGO DE AZAR	16
QUÉ HACER SI VEO QUE UNA PERSONA CERCANA ABUSA/DESCONTROLA CON EL JUEGO DE AZAR	17



LOS VIDEOJUEGOS

DATOS SEGÚN EL INFORME SOBRE EL IMPACTO DE LA TECNOLOGÍA EN LA ADOLESCENCIA	<u>20</u>
LA OMS EN SU MANUAL DIAGNÓSTICO CIE-11 (2019).....	<u>22</u>
USO ADECUADO DE LOS VIDEOJUEGOS.....	<u>22</u>
OPORTUNIDADES Y RIESGOS.....	<u>23</u>
QUÉ HACER SI VEO QUE ESTOY DESCONTROLANDO CON LOS VIDEOJUEGOS.....	<u>24</u>
QUÉ HACER SI VEO QUE UNA PERSONA CERCANA ESTÁ DESCONTROLANDO CON LOS VIDEOJUEGOS.....	<u>25</u>
ALGUNAS SEÑALES DE ALARMA DE UN POSIBLE USO ABUSIVO DE LOS VIDEOJUEGOS.....	<u>26</u>
LOS MICROPAGOS.....	<u>27</u>

¡¡A TENER MUY EN CUENTA!!

SIMILITUD ENTRE JUEGOS DE AZAR Y LOS VIDEOJUEGOS.....	<u>30</u>
REFLEXIÓN.....	<u>31</u>
RECURSOS/PÁGINAS WEB.....	<u>32</u>

LOS JUEGOS DE AZAR Y APUESTAS



*LOS JUEGOS DE AZAR SON
AQUELLOS JUEGOS CUYO
RESULTADO (GANAR O PERDER)
NO DEPENDE EXCLUSIVAMENTE
DE LAS HABILIDADES DE LA
PERSONA JUGADORA SINO QUE
INTERVIENE TAMBIÉN LA SUERTE.*



SEGÚN EL INFORME SOBRE PREVALENCIA, HÁBITOS Y PERFILES DE LAS PERSONAS JUGADORAS EN **EUSKADI**

Observatorio Vasco del Juego (2020)



24,7 %

POBLACIÓN DE EUSKADI

Reconoce haber tenido sus primeros contactos con el juego de azar antes de los 18 años.

“Un dato que cabe resaltar debido a que en la normativa actual está prohibido para menores de edad”.

JÓVENES

18-24 AÑOS

Juegan más a **juegos online** (sobre todo póquer online).

También practican otros juegos como las cartas, la salas de apuestas, el casino y la lotería instantánea.

Son los que más tiempo dedican al juego de azar (entre 1-3 horas/semana).

15,4 %

DE LOS ESTUDIANTES

Juega a la lotería instantánea.

LA PRESENCIA DE PROBLEMÁTICAS RELACIONADAS CON EL JUEGO AUMENTA PAULATINAMENTE SEGÚN DISMINUYE LA EDAD

4,5 % (18-24 años)

0,9 % (≥ 65 años)

POR QUÉ JUEGAN LAS PERSONAS JÓVENES

- PARA GANAR DINERO.
- CURIOSIDAD.
- ENTRETENIMIENTO.
- BÚSQUEDA DE SENSACIONES NUEVAS.
- HACER ALGO DIFERENTE.



LAS PERSONAS MENORES DE EDAD NO PUEDEN JUGAR A JUEGOS DE AZAR Y APUESTAS

TIPOS DE JUEGOS

JUEGO PRESENCIAL

- Para poder jugar (comprar juego), se ha de acceder a un espacio físico.
- Está sujeto a los horarios de los establecimientos y de las personas vendedoras de juegos de azar.

JUEGO ONLINE

- Este tipo de juego se puede realizar, comprar, desde cualquier dispositivo digital (ordenador, Tablet, teléfono móvil,...).
- El Juego Online tiene una serie de características que hacen que sea una manera de jugar más atractiva y, posiblemente, más adictiva.



JUEGO ONLINE:

- ANONIMATO E INTIMIDAD.
- ACCESIBILIDAD. SIEMPRE ESTÁ ABIERTO.
- RAPIDEZ ENTRE APUESTAS Y RESULTADO.

QUÉ FACTORES PUEDEN PROTEGER PARA NO LLEGAR A UNA ADICCIÓN A LOS JUEGOS DE AZAR

FAMILIAR

- Núcleo familiar estable.
- Normas claras y razonables.
- Buena comunicación.
- Educación en valores (esfuerzo, empatía, constancia, valorar lo que se tiene).

PERSONAL

- Autoestima.
- Autocontrol.
- Habilidades sociales.
- Resiliencia.
- Toma de decisiones adecuada.

SOCIAL

- Buena integración con los/as iguales.
- Ver conductas saludables dentro del grupo.
- Respeto por las decisiones individuales.
- Contar con alternativas saludables y diversas de ocio.

INFORMATIVO

- Información clara sobre los juegos de azar y su problemática.
- Sensibilización/Concienciación.
- Cumplimiento de la normativa relativa a los juegos de azar.
- CONTROL DE LA PUBLICIDAD DEL JUEGO Y SUS MENSAJES.

QUÉ FACTORES PUEDEN FAVORECER QUE SE TENGAN PROBLEMAS CON EL JUEGO DE AZAR

- Ganar dinero en los primeros contactos con el juego.
- 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 de problemas con los juegos de azar, el alcohol, otras drogas.

EL JUGAR A JUEGOS DE AZAR Y APUESTAS ES UNA DECISIÓN QUE SE DEBE TOMAR TENIENDO EN CUENTA NO SÓLO LA IDEA DE "GANAR" Y EL "YO SÉ" SINO TAMBIÉN CONOCIENDO LOS RIESGOS, Y LAS CONSECUENCIAS, DE UNA CONDUCTA QUE DESCONTROLADA, O BAJO EL PENSAMIENTO "YO CONTROLO", PUEDE LLEGAR A TENER.



CÓMO IDENTIFICO QUE ESTOY ABUSANDO DEL JUEGO DE AZAR

COMPORTAMIENTO

- Jugar cada vez más dinero.
- Dedicar más tiempo al juego.
- Tener dificultades para dejar de jugar.
- Dedicar al juego más dinero del planeado.
- Mentiras.

PENSAMIENTO

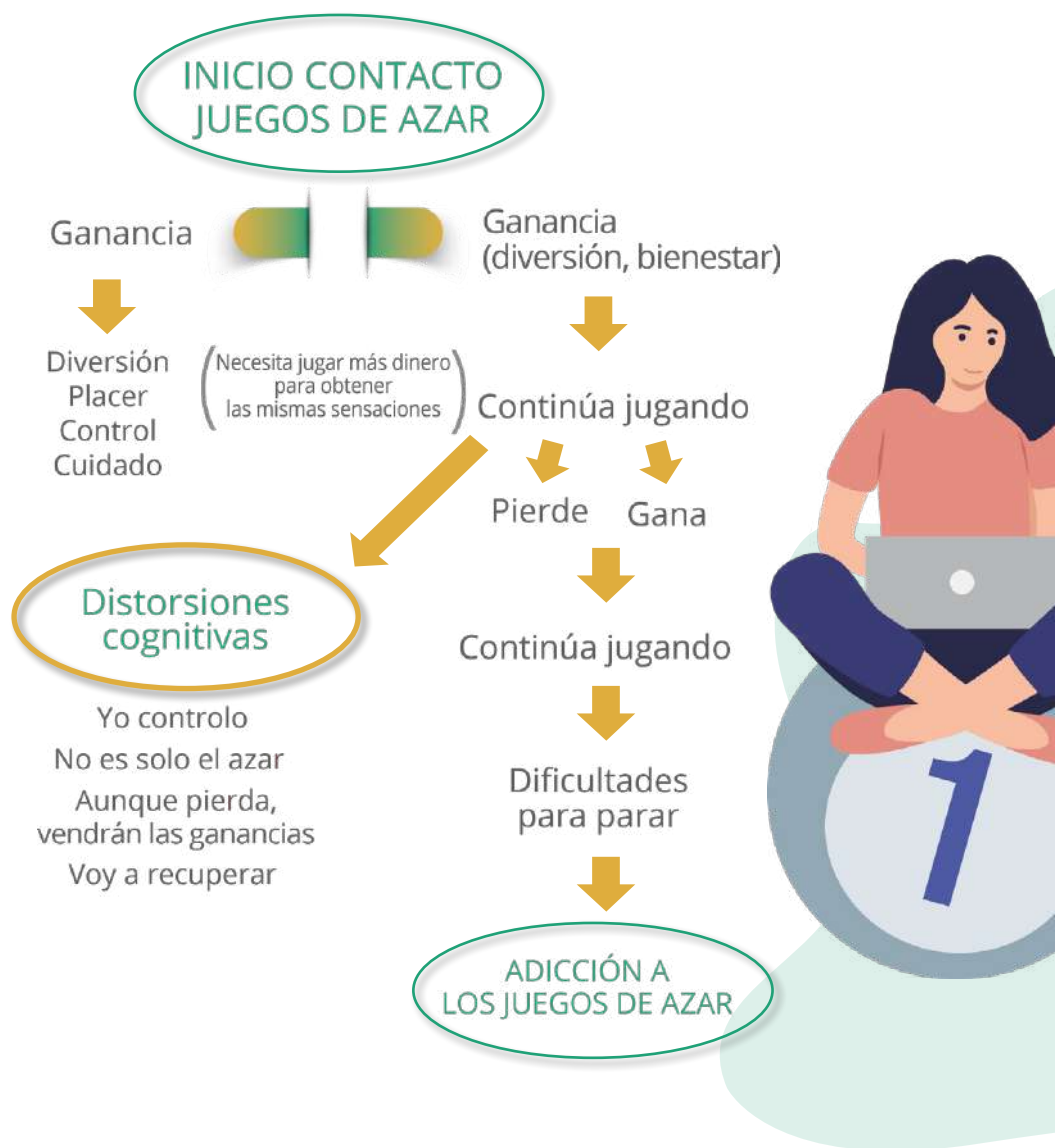
- Pensamientos repetitivos relacionados con el juego: volver a jugar, control sobre el juego, tipo de jugadas a realizar, qué apuestas será mejor hacer, ver resultados,...

CUANDO AFECTA A TU DÍA DÍA

- Estudios.
- Trabajo.
- Relaciones.
- Comunicación familiar.



UN PRINCIPIO, VARIOS DESTINOS



LA ADICCIÓN A LOS JUEGOS DE AZAR

- La persona juega cada vez más dinero.
- Está irritada si no juega.
- Su mente está ocupada con el juego o maquinando cómo conseguir dinero.
- Acude a otras personas para que le proporcionen dinero para jugar.
- Puede jugar cuando se siente ansiosa o deprimida, para dejar de sentirse así.
- Después de perder, vuelve para “recuperar”, piensa que volverá a ganar.
- Miente para ocultar su grado de implicación con el juego.
- Arriesga alguna relación importante, un empleo o carrera por el juego.
- Hace esfuerzos por dejar de jugar, pero sin conseguirlo.

CONSECUENCIAS

- Problemas emocionales: enfados, angustia, ansiedad, inseguridad,...
- Problemas familiares: incomunicación, mentiras, enfados,...
- Problemas laborales/escolares: no asistencia, no realizar las tareas,...
- Problemas sociales: aislamiento, abandono de las relaciones,...
- Problemas legales: robos, amenazas,...
- Problemas económicos: gastar más de lo que se tiene, solicitud de préstamos, impagos, deudas,...
- Otras adicciones.

QUÉ HACER SI VEO QUE ESTOY ABUSANDO/ DESCONTROLANDO CON EL JUEGO DE AZAR

- Pararte y pensar en lo que estás observando y te está ocurriendo. Asumir que descontrolas con el Juego de azar y no pensar “Yo controlo, ya pasará”.
- Dejar de acudir a los espacios donde juegas y/o no acceder a través de internet a páginas de juego. Bloquear/Darte de baja. PARAR/NO JUGAR.
- Apoyarte en personas cercanas que puedan ayudarte a tomar decisiones como el hecho de contar a tu familia lo que te está ocurriendo.
- Será importante hablar con la familia para que te puedan ayudar a acudir a algún lugar en el cual te puedan orientar sobre el tema y donde tú puedas contar lo que te ocurre. También será importante, si hay deudas económicas, contar toda la verdad para poder valorar cómo hacer frente a esta situación.



QUÉ HACER SI VEO QUE UNA PERSONA CERCANA ABUSA/ DESCONTROLA CON EL JUEGO DE AZAR

- Acércate a la persona y dile lo que estás observando.
- Intenta hablar con ella y que pueda contarte qué es lo que le está ocurriendo.
- Ofrécele tu apoyo y tu acompañamiento para acudir a algún Servicio con el fin de que puedan orientarle.



LOS VIDEOJUEGOS



SON PROGRAMAS DE ORDENADOR QUE SE PUEDEN VER EN UNA PANTALLA Y QUE TIENEN UN OBJETIVO LÚDICO (DIVERTIR, PASARLO BIEN).

EN OCASIONES TAMBIÉN PUEDEN TENER UN FIN EDUCATIVO.



LOS **VIDEOJUEGOS ONLINE** SON AQUELLOS QUE SE PRACTICAN A TRAVÉS DE INTERNET Y QUE PERMITEN PODER VIVIR UNA AVENTURA, SIENDO UNO/A MISMO/A EL/A PROTAGONISTA, SIN CONSECUENCIAS EN LA VIDA REAL.

SEGÚN EL INFORME SOBRE EL IMPACTO DE LA TECNOLOGÍA EN LA ADOLESCENCIA

UNICEF, 2020/2021



6 de cada 10 adolescentes

usan videojuegos como principal canal de ocio y entretenimiento.

21,9 % cree que puede ser “gamer” profesional.

El **44,6%** ha hecho amigos/as y el **50,9%** ha conocido gente nueva a través de los videojuegos online.

Los/as adolescentes juegan,
como media, **6,61 horas/semanales.**

Hay un **3,6 %** que juega más de 30 h/semana.



58,7% son jugadores habituales.

26,5 % juegan todos o casi todos los días.

28,9% tiene discusiones en casa por
el uso de la tecnología por lo menos
1 vez a la semana.

LA OMS EN SU MANUAL DIAGNÓSTICO CIE-11 (2019)

Señala que el trastorno por uso de videojuegos se caracteriza por un patrón de comportamiento de juego persistente o recurrente («juegos digitales» o «videojuegos»). Esto puede ocurrir siendo en línea (por internet) o fuera de línea, y se manifiesta por:

- Deterioro en el control sobre el juego. Por ejemplo, inicio, frecuencia, intensidad, duración, terminación, contexto etc.
- Incremento en la prioridad dada al juego, al grado que se antepone a otros intereses y actividades de la vida diaria.
- Continuación o incremento del juego a pesar de que tenga consecuencias negativas.

USO ADECUADO DE LOS VIDEOJUEGOS

- Aprendizaje.
- Saber ganar y saber perder.
- Entretenimiento/pasarlo bien jugando.
- Control del tiempo de juego.
- Jugar a videojuegos adecuados a la edad de cada uno/a.
- Proteger los datos personales.
- El respeto a las personas con las que estoy jugando.



OPORTUNIDADES

- Desarrollo de competencias y habilidades.
- Entrenamiento para actuar, para la toma de decisiones.
- Hacer cosas para conseguir objetivos.
- Se adquieren nuevos aprendizajes.
- Relación con personas de otras culturas.
- Cooperación.

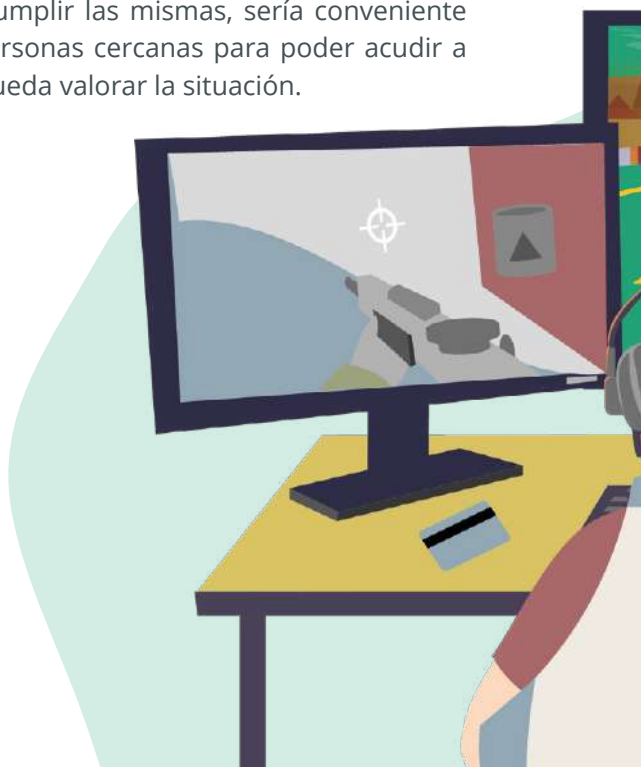
RIESGOS

- Acceso a contenidos, valores inadecuados.
- Gasto excesivo.
- Disminución del tiempo/abandono de actividades: trabajo, estudios, relación con amistades,...
- Grooming.
- Ciberacoso.
- Problemas físicos: dolores físicos, problemas visuales, sobrepeso,...
- Hábitos desordenados: comida, sueño, higiene,...
- Abuso/Adicción.

¡¡NO CONFUNDIR
REALIDAD CON FICCIÓN!!

QUÉ HACER SI VEO QUE ESTOY DESCONTROLANDO CON LOS VIDEOJUEGOS

- Intentar ser lo más sincero/a posible y valorar lo que está ocurriendo.
- Puede que un nuevo juego haya hecho que le dediques más tiempo del que fuera adecuado o que estés centrado más en el juego abandonando otras cosas. Es importante hacer esta observación y reflexión.
- Plantearte normas de utilización, como por ejemplo, el tiempo que le vas a dedicar y cuándo lo vas a hacer. Si observas que te resulta muy difícil cumplir las mismas, sería conveniente que lo hablaras con personas cercanas para poder acudir a un/a profesional que pueda valorar la situación.



QUÉ HACER SI VEO QUE UNA PERSONA CERCANA ESTÁ DESCONTROLANDO CON LOS VIDEOJUEGOS

- Intentar ser lo más sincero/a posible con esa persona y decirle lo que estás observando.
- Será importante buscar ayuda profesional a quién consultar sobre el tema y que pueda dar pautas, plantear modos de actuación,...



ALGUNAS SEÑALES DE ALARMA DE UN POSIBLE USO ABUSIVO DE LOS VIDEOJUEGOS

PASO DE UN ENTRETENIMIENTO/AFICIÓN A UNA CONDUCTA PROBLEMÁTICA/ADICTIVA

- Gran interés por los videojuegos.
- Dormir menos de lo necesario dedicando el tiempo al juego.
- Empezar a perder interés por otras actividades sociales, de tiempo libre,...
- La persona que juega puede distanciarse de su grupo de amigos/as.
- No se respetan los horarios (deberes, comida,...). Pérdida de noción del tiempo.
- Se puede empezar a tener problemas con los estudios, el trabajo, las obligaciones de cada día.
- Discusiones con personas cercanas por el uso que se hace de la consola, el ordenador.
- El nivel de concentración en el juego es tan grande que se llega a no responder a estímulos externos.



LOS MICROPAGOS

Hace no tanto tiempo, una persona compraba un videojuego y daba lo que daba, es decir, se pagaba en una tienda y no se volvía a poner dinero en el mismo.

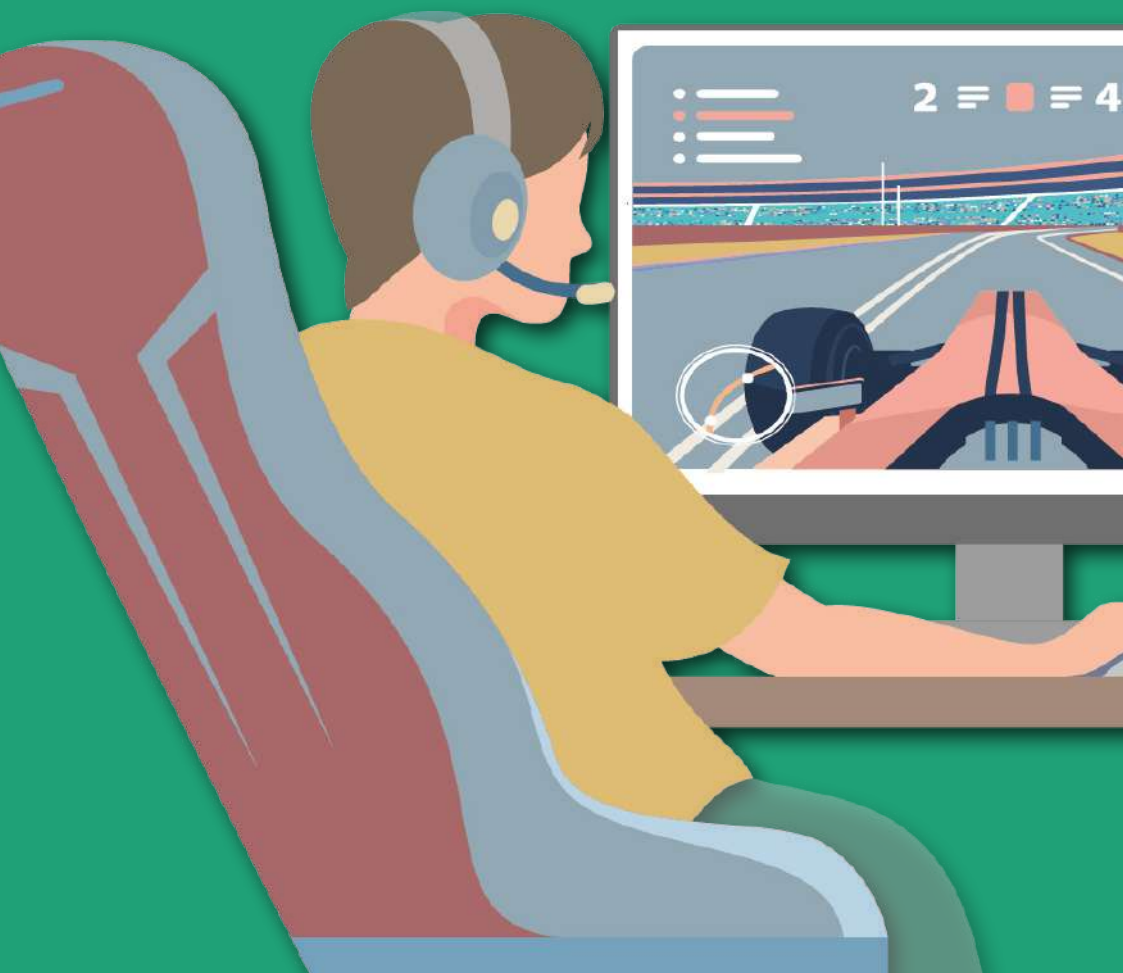
Con el paso del tiempo, y sobre todo con la llegada de internet, el acceso a los videojuegos puede ser gratuito y ofrece a los/as jugadores/as la posibilidad de los **MICROPAGOS**: con pagos de dinero real se pueden obtener elementos virtuales.

Algunos ejemplos de Micropagos son:

- Los **FREE TO PLAY**: Hacen referencia a aquellos juegos gratuitos que incluyen mejoras para desbloquear objetos, potenciar experiencias o perfeccionar la estética y en estos casos se podría que tener que utilizar dinero.
- Las **LOOT BOXES (CAJAS de BOTÍN)**: pagas con dinero real a cambio de un premio aleatorio. Pueden tener diferentes apariencias: cajas, sobres, bolas,... Se pueden adquirir de dos maneras: Gratis completando tareas y objetivos dentro del videojuego, comprando con dinero real.



¡¡A TENER MUY
EN CUENTA!!



SIMILITUD ENTRE JUEGOS DE AZAR Y LOS VIDEOJUEGOS.

*EVITAR EN LO POSIBLE
LAS CAJAS DE BOTÍN, LOS
SOBRES.*

*SI SE DECIDE “COMPRAR”,
QUE SEA BAJO SUPERVISIÓN
(EN CASO DE SER PERSONA
MENOR) Y CON UN LÍMITE
CLARO Y DETERMINADO DE
ANTEMANO EN RELACIÓN AL
DINERO A UTILIZAR.*



¡¡A TENER MUY EN CUENTA!!

SIMILITUD ENTRE LOS JUEGOS DE AZAR Y LOS VIDEOJUEGOS

Con el paso de los años, se va observando que algunos elementos propios de los juegos de azar se van viendo en los videojuegos.

En lo relativo a las **CAJAS DE BOTÍN (LOOT BOXES)** y los **SOBRES**, la persona jugadora compra con dinero real o con dinero del juego que ha obtenido jugando, estos elementos. El contenido de los mismos puede ser solo estético o pueden ser objetos que hacen que pueda jugar con ventaja sobre otros/as jugadores/as. La persona que juega no sabe lo que le va a tocar ya que los objetos se otorgan de manera aleatoria. Lo sabrá cuando pague y lo abra. Y ese es el factor “de azar”.

Y esto es lo que ocurre en juegos como la ruleta o las máquinas tragaperras: se “paga” dinero, se espera (muy poco tiempo) y.... se obtiene “un premio” o NO. Si no se obtiene lo que “se espera”, se vuelve a introducir dinero en la máquina “esperando un mejor resultado”.

Y así ocurre también con las cajas de botín, los sobres de algunos juegos: si se compra y no se obtiene lo que se quiere, se seguirá comprando y el problema es que **CASI NUNCA ES SUFICIENTE**.





REFLEXIÓN

Será muy importante observar el comportamiento propio ante las cajas de botín, los sobres, y entender que si no se es capaz de poner límite al uso de dinero en el juego, se puede iniciar una conducta en la cual influirán de manera muy negativa la “necesidad de ser mejor”, de “tener más recursos para el juego”, de “si no lo consigo, no voy a poder ganar o no voy a ser nadie en el juego”.

Y este es el inicio del camino hacia una conducta descontrolada y que puede llevar a muchos problemas, económicos, anímicos, de conducta.

RECURSOS / PÁGINAS WEB

www.onlinegazteak.net

Es un blog que, a iniciativa de ASAJER, pretende ser un cauce de comunicación con chicos y chicas de edades entre 10 y 16 años, para transmitir información sobre tecnologías (entre ellas, los videojuegos).

www.onlinezurekin.org

Es una iniciativa de ASAJER, Asociación sin ánimo de lucro que pretender dar información acerca del juego de azar y las Tics (videojuegos, redes sociales, móviles) así como sensibilizar y concienciar acerca de los riesgos de un uso abusivo de dichas actividades.