

[VIVIR CON UN ADICTO]

Relaciones familiares en jaque: el entorno cercano también se ve profundamente afectado

La ansiedad y la obsesión por el juego pueden llevar a la persona a aislarse, descuidando responsabilidades y afectos. Por eso es fundamental buscar apoyo profesional para la persona afectada y también para quienes conviven con ella, con el fin de establecer límites saludables y encontrar estrategias efectivas para afrontar la situación. **Por: Germán Kreisel**

La ludopatía o adicción al juego no solo afecta al jugador, existe todo un entorno familiar y de cercanos que se ven impactados. Las relaciones se ven deterioradas por la pérdida de confianza, problemas financieros y estrés emocional; las emociones en la familia pueden oscilar entre la frustración, el miedo y la impotencia al ver que el ser querido no logra controlar su comportamiento, y es común que surjan problemas financieros.

En esa línea, existe suficiente evidencia empírica de que el juego afecta las relaciones y el clima familiar a medida en que mayor sea la adicción. Ángela Carmona Alba, psicóloga de la Agrupación

de Jugadores en Terapia (Ajuter) y especialista en adicciones, señala que un jugador patológico está inmerso en ese mundo para escapar del dolor de su vida, sin embargo, lo que era una solución es un problema.

Es así que el entorno más cercano es el que sufre las consecuencias de la adicción y las razones son contundentes: "El jugador, deja de ocuparse de los otros, deja de interesarse por las cosas, pierde vivacidad, esto produce un quiebre en la relación con el medio. Por otra parte, está la familia, con sensación de pérdida, de desconfianza, de decepción. La familia estigmatizada, mira para otro lado y el jugador rehúye el contacto para

no ser increpado u hostilizado", indica la profesional.

Asimismo, las familias de personas ludópatas no solo sufren la ruina económica, sino que también la ruina afectiva y personal. "La crisis permanente, el estrés de la incertidumbre, la frustración, la ira, la decepción, las discusiones y la falta de entendimiento y comunicación, se hacen presentes al descubrirse que uno de los miembros de la familia es ludópata", sostiene Ángela Carmona.

A su vez, la especialista en adicciones de Ajuter, detalla que una persona que sufre de ludopatía siempre dependerá del juego, pero también de un codependiente para cuidarlo y hacerse responsable de sus actos. "No existe un adicto sin un codependiente o una serie de codependientes", indica Carmona.

En ese sentido la persona más cercana al ludópata es el o la cónyuge. Ángela Carmona sostiene que muchas veces "la mujer del ludópata pasa a ser una encubridora del problema de su marido, cuando no puede más hace crisis. Pasa por fases de negación del problema, fases

de estrés, fases de ayuda a su marido incluso económicamente, encubriéndolo, hasta que llega a la fase de agotamiento en donde se siente exhausta, con sentimientos de frustración, desamparo y resentimiento. Generalmente en esta fase es cuando ella acude por ayuda".

Buscar ayuda para salir de la situación

Para salir de la adicción al juego en primer lugar las partes involucradas deben aceptar que se trata de una enfermedad, pero también hay que combinar tres variables: la actitud personal del ludópata, la aceptación familiar del problema y disposición a acompañar al adicto en la solución del mismo, y la ayuda profesional. "Solo la real comprensión de la enfermedad y sus mecanismos adictivos, llevarán al familiar a comprender las luchas, las vicisitudes y la desesperanza por las que atraviesa una persona que padece ludopatía. Así como también comprenderá que él mismo, como familiar, deberá comenzar un camino en su propia recuperación", sostiene.

"Todo ludópata cercano a nosotros necesita nuestra comprensión como persona querida, pero también nuestra firmeza para que ponga una parte de sí mismo para superar su problema de adicción al juego".

ÁNGELA CARMONA ALBA, PSICÓLOGA DE LA AGRUPACIÓN DE JUGADORES EN TERAPIA (AJUTER) Y ESPECIALISTA EN ADICCIONES.



ADICCIÓN EN MUJERES

De acuerdo al último estudio "Conductas de juego, factores psicosociales asociados y juego patológico", elaborado por la Corporación de Juego Responsable de Chile, un 80% de los ludópatas en Chile eran mujeres, cifra que revela que se trata de un problema de salud mental serio que está invisibilizado y lleno de prejuicios.

Ángela Carmona sostiene que las mujeres por lo general "viven su adicción con sensación de vacío psicológico y social, es probable que tengan más problemas que el hombre, pero llevan más en secreto su problema. La familia no está preparada para los cambios de su conducta, sus mentiras. Cuando el marido descubre la ludopatía, suele pagarle las deudas y exigirle que pare. Serán las amigas y los hermanos lo que se muestren más sensibles y dispuestos a ayudar".