

LUDOPATÍA

A

Blanca, Débora

Ludopatía / Débora Blanca. - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : El Ateneo, 2025.

224 p. ; 16 x 22 cm.

ISBN 978-950-02-1648-7

1. Ludopatía. 2. Juego Compulsivo. I. Título.

CDD 158.1

Ludopatía

© Débora Blanca 2025

Derechos mundiales para todas las lenguas

© Grupo ILHSA S.A. para su sello Editorial El Ateneo, 2025

Patagones 2463 - (C1282ACA) Buenos Aires - Argentina

Tel.: (54 11) 4943 8200

editorial@elateneco.com - www.editorialelateneo.com.ar

Dirección editorial: Marcela Luza

Edición: Camila D'Angelo

Producción: Pablo Gauna

Coordinación de diseño: Marianela Acuña

Diseño de tapa: Patricia Peña

Armado de interior: Claudia Solari

1ª edición: julio de 2025

ISBN: 978-950-02-1648-7

Impreso en Arcángel Maggio – División Libros,
Lafayette 1695, Ciudad Autónoma de Buenos Aires,
en julio de 2025.

Tirada: 4.000 ejemplares

Queda hecho el depósito que establece la ley 11.723.

Libro de edición argentina.

Los consejos dados por el autor en este libro son recomendaciones abiertas y generalizadas. De ningún modo reemplazan o pretenden reemplazar el asesoramiento o consejo profesional especializado y personalizado en la materia. Consulte con su profesional especializado y personalizado antes de poner en práctica cualquier sugerencia y/o consejo que el autor pueda indicar en el presente libro. Grupo Ilhsa S.A., sus socios, empleados y/o directivos no se responsabilizan por los resultados de los consejos, sugerencias o prácticas que puedan ser propuestas por el autor en el presente libro.

El editor se reserva todos los derechos sobre esta obra. En consecuencia, no puede reproducirse total o parcialmente por ningún método de reproducción existente o por existir incluyendo el gráfico, electrónico y/o mecánico (como ser el fotocopiado, el registro electromagnético y/o el almacenamiento de datos, entre otros), sin el expreso consentimiento de su editor, Grupo Ilhsa S.A. (Ley n° 11.723).

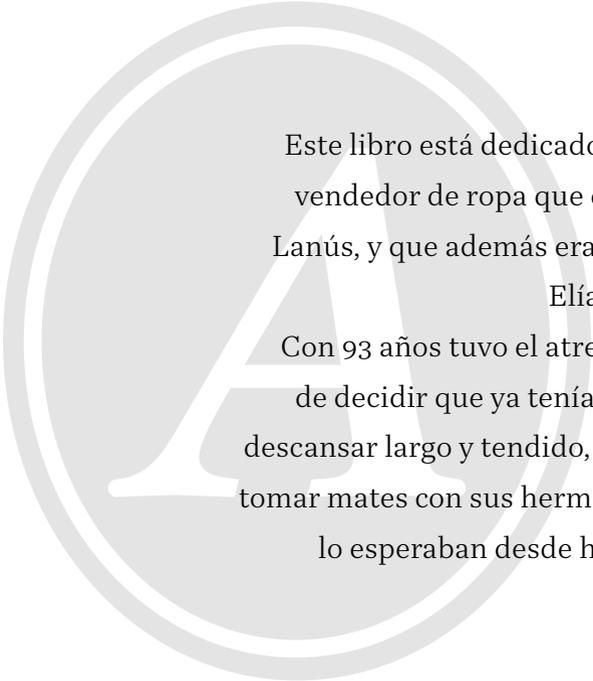
Débora Blanca

LUDOPATÍA

La adicción del siglo XXI. Nuevas formas de apuestas en la era digital



 *Editorial El Ateneo*



Este libro está dedicado al mejor
vendedor de ropa que existió en
Lanús, y que además era mi papá:

Elías Blanca.

Con 93 años tuvo el atrevimiento
de decidir que ya tenía ganas de
descansar largo y tendido, y se fue a
tomar mates con sus hermanos, que
lo esperaban desde hacía rato.

ÍNDICE

11 PRÓLOGO

15 INTRODUCCIÓN

21 / PARTE I

¿QUÉ ES LA LUDOPATÍA?

23 CAPÍTULO 1

Cuando el juego se convierte en adicción

23 / ¿Qué significa *ludopatía*?

25 / Ludopatía: una carrera perdida

27 / ¿Para qué jugamos?

32 / Videojuegos: ¿vienen con prospecto?

35 / El aburrimiento

39 CAPÍTULO 2

Distintos tipos de juegos

39 / Clasificación de los juegos

40 / Juegos de azar: ¿cuáles son más adictivos?

43 / Ludopatía, una adicción con la que no se juega

45 / Adicciones con sustancia, adicciones sin sustancia

49 / Ludopatía diagnosticada

50 / Ludópata: ¿adicto al dinero?

51 CAPÍTULO 3

¿Quiénes pueden ser ludópatas?

51 / Juegos de azar cerquita de casa

53 / El sueño de salvarse

55 / Juego en la vejez: matando el tiempo

57 / Juego y mujer: buscando la máquina traga-dolor

59 / Los jóvenes y sus apuestas

63 / Pero entonces ¿jugar es malo?

64 / Diferencias entre juego social y ludopatía

68 / ¿Y en el medio, nada?

NUEVA PANDEMIA: APUESTAS ONLINE

73 CAPÍTULO 4

Nuevos paradigmas

- 73 / ¿Cómo cambió nuestra vida la pandemia de covid?
- 76 / ¿Es más adictivo el juego online que el juego presencial?
- 78 / Juego online y el celular
- 79 / Ropa sucia
- 80 / Habilitación a invertir desde los 13 años: sobre llovido, mojado
- 82 / Dopamina y serotonina: ¿hay grieta?
- 84 / Redes sociales y libertad de expresión
- 86 / ¿Y si repartimos responsabilidades?
Influencers y apuestas online
- 88 / De unos cajeros (no automáticos)
- 90 / ¿Las apuestas son menos riesgosas que las sustancias?
- 91 / La billetera virtual no es la billetera de cuero

95 CAPÍTULO 5

Apuestas deportivas: ¿quiénes ganan?

- 95 / Te apuesto a que arruinan el fútbol
- 99 / Digamos algo sobre las publicidades
- 100 / Buenas apuestas de clubes y ligas
- 102 / Mientras tanto, las casas de apuestas...
- 104 / Mientras tanto, la salud mental...
- 105 / Apuestas deportivas: cada cual atiende su juego
- 105 / ¿En qué te convirtieron, deporte?

107 CAPÍTULO 6

¿Cómo ayudamos a los jóvenes?

- 107 / Menores en el juego
- 115 / Apuestas online y aumento de intentos de suicidio en los jóvenes
- 117 / Prestamista a los 19

- 120 / Los chicos y sus cuerpos en la era digital
- 122 / Las apuestas rompen los lazos, los grupos los vuelven a armar
- 123 / ¿Por qué un grupo para familias de chicos con problemas de apuestas?
- 124 / Trabajo grupal, o “hasta que puedas quererte solo”
- 125 / Y tú, ¿qué apuestas?
- 126 / Hay cosas que no son juego
- 127 / Cuando el juego no es juego, ¿qué es?

129 / PARTE III

EL LUDÓPATA ¿SE CURA? TRATAMIENTOS

131 CAPÍTULO 7

El ludópata logra perder

- 131 / La necesidad de perder
- 133 / Pensamiento mágico, o la magia eclipsa la realidad
- 136 / Escenas de casino
- 141 / Jugar para perder-perder para jugar: culpa, deudas y castigos

147 CAPÍTULO 8

¿Qué pérdidas?

- 147 / De pérdidas y ganancias: Duelos no elaborados en la ludopatía
- 155 / Nunca descansaba hasta perderlo todo: ¿qué gana el ludópata al perder?
- 156 / Función del juego en la cabeza del ludópata

161 CAPÍTULO 9

Empezar un tratamiento

- 161 / Buscar un profesional especializado
- 164 / Comienzos de tratamiento: ¿Quién pide ayuda?
- 166 / Un pedido de salvación no es un pedido de ayuda

169 / Apostar a un tratamiento
172 / ¿Genes o herencia?

175 **CAPÍTULO 10**

Distintos tratamientos y acompañamientos

175 / Dispositivos terapéuticos posibles
176 / Grupos terapéuticos
178 / Terapia familiar, o la familia en juego
184 / Terapia individual
186 / Terapia farmacológica
187 / Abstinencia, recaídas y recuperación

199 / PARTE IV

LA LUDOPATÍA Y SUS INDICADORES

201 / Cuestionario para el jugador
203 / Indicadores para la familia y allegados
207 / ¿Cómo acercarse a hablar?
208 / Autoexclusión: ¿qué es?

211 **EPÍLOGO**

217 **MARCAS MENCIONADAS**

218 **AGRADECIMIENTOS**

220 **BIBLIOGRAFÍA**

222 **SOBRE LA AUTORA**

PRÓLOGO

A Débora Blanca, que tejió este libro con las vibraciones que le abastece su profesión de psicóloga y sin destejarse de los estremecimientos que le provoca el escenario en el que desarrolla esa profesión, le gusta leer a Eduardo Galeano. Y a Eduardo Galeano, que hubiera paladeado con avidez estas páginas, le funcionaba abreviar un drama mayúsculo de la contemporaneidad con sencillez dolorosa: “Morir de hambre o de aburrimiento”. Para abordar todo lo que acá aborda, Blanca visitó las ideas y las palabras de muchas y de muchos, también unas cuantas de Galeano. Y, sin dejar en el camino ni una sola de las perspectivas teóricas y de las experiencias prácticas que hace rato acumula, se plantó y se planta frente a la ludopatía —su territorio laboral, su campo intenso de investigación— y la piensa, la enfrenta y la desafía con esa concepción: para ir sobre lo que bien fundamenta como “la adicción del siglo XXI”, resulta imprescindible, aun atendiendo al devenir específico de cada individuo, reflexionar sobre las centralidades y los pliegues de toda una época. Esa tarea queda hecha: este libro refiere al poder demoleedor de la

ludopatía y a las posibilidades de la psicología para tratarla, pero, tanto como eso, o más que eso, es una indagación profunda sobre la condición humana en este tiempo.

Todo aparece transitando minuciosamente el espesor exigente que implica el tema, Blanca lo condensa con exactitud y con gracia por rutas argumentales extensas y, a veces, en pequeñas frases. Por ejemplo, esta, que es inmensa y potente, que es alarmante pero no solo alarmante sino un testimonio contra cualquier tentación de rendirse: “Porque el mundo está difícil y nos toca cuidar a nuestros chicos”.

Habrà quien procure replicarle a Blanca que el mundo, en la era que sea, se especializa en estar difícil. Cierto. En la médula de esta obra no se niega ninguna dificultad histórica, pero brota la magnitud de dificultades nuevas y presentes, de dificultades a las que, redundantemente, quizás haya que llamar “más difíciles”. Blanca no ahorra ninguna: en este tiempo, el tiempo es otra cosa —una cosa más vertiginosa, más devoradora, más de consumo, más de cada consumo sustituyendo como un rayo al consumo anterior, más de cada apuesta flamante continuando y superando a la apuesta precedente—; se rebautiza como actos libres a formas profundizadas de dependencia y de esclavitud (Blanca viaja desde Michel Foucault hacia Byun-Chul Hang para desenredar esa madeja). En este tiempo, las injusticias estructurales persisten demoliendo personas y grupos, pero a un clic de distancia. En este tiempo, el hambre es más hambre y el aburrimiento es más aburrimiento porque la incertidumbre es más incertidumbre. En este tiempo, la falacia de la salvación se instala a ese clic de distancia, pero, encima, se instala como

pasaporte para zafar —de nuevo Galeano y de nuevo Blanca— del hambre y del aburrimiento. En este tiempo, no hay configuración que no haya sido modificada por una pandemia que pulverizó naturalidades y remodeló subjetividades, en particular —y Blanca lo descifra con una nitidez que conmueve—, la naturalidad y la subjetividad del encierro. En este tiempo, muy a diferencia de otros tiempos, ese horizonte imponente y penetrante emerge en infinitas pantallas y esas pantallas titilan, en cada segundo, en todas las manos y delante de todos los ojos.

Ese universo y esas tramas desmenuza Blanca con una claridad que impresiona.

Y, lejos de desentenderse del panorama general, anuda esa claridad a una franja que la conmueve en particular: la juventud, los pibes, las pibas, lo que legítimamente sean. Lo realiza hasta los bordes del temblor: “Los chicos que apuestan online no se están atreviendo a correr otros riesgos, los que impone la vida”.

Consigue algo imprescindible: en un volumen destinado a poner en cuestión ciertas tendencias terribles a las que en lo cotidiano se denomina “el juego” —los adictos a las apuestas son ludópatas y, en lo habitual, se los llama “jugadores”—, reivindica el juego. Porque aquí se resalta que lo más humano entre lo humano es jugar. Con la referencia a estudiosos clásicos como Roger Caillois y a jugadores de la literatura y de la filosofía del calibre de los que cita. Y porque aquí lo puesto en deliberación es cómo un tiempo —este tiempo— estimula que el ejercicio constitutivo, esencial, nutriente de jugar deviene en comportamientos como la ludopatía. Claro que hay que jugar, claro que

los pibes y las pibas tienen que jugar, tienen que jugar mucho, y querer jugar más y más que mucho. Pero a otros enormes, hermosos y complejos juegos.

Al cabo, para eso Blanca se empeña, para eso medita, para eso narra, para eso invita a leer, para eso desanda la psicología. Para evidenciar que toca caminar sobre un suelo áspero, pero igual vale la pena y es posible caminar. Para no decir (solamente) que “la adicción del siglo XXI” es tremenda y en qué consiste su lógica tremenda sino para replicar que a esa adicción se la interpreta y se la asume considerando una colección de variables que interpelan a cada sujeto, a cada núcleo que rodea a ese sujeto y a cada trazo de la pintura ancha y complicada que retrata —otra vez, otra vez— a este tiempo.

Además de leer a tantas y a tantos y de convocarlos a esta construcción que es de ella pero es coral, además de leer a Galeano, Blanca lee atenta y admirada a Julio Cortázar. Y Cortázar seguro se permitiría involucrar por los hilos que Blanca despliega. Sí, en definitiva, él se dedicó a lo mismo. Creó *Rayuela*, aludido perfecto por Blanca, para recordar el sentido hondo de la vida como juego. Y proclamó para todos los futuros una brevedad: “Me caigo y me levanto”, que, ni hablar, también figura en el catálogo feliz al que recurre Blanca. Jugar para ser gente. Caerse y levantarse. De eso va este libro necesario, este libro bravo, este libro que es una esperanza.

ARIEL SCHER

INTRODUCCIÓN

Este libro habla sobre la ludopatía, una afección que existe desde que se creó el primer juego de azar. Novelas, películas, tangos, series, cuentos que narran historias de jugadores compulsivos, de jugadores que dejaron de jugar lúdicamente y que, en algún momento, empezaron a jugarse los ingresos, la casa, los ahorros, los vínculos, la herencia, la vida.

Películas en blanco y negro, tangos del siglo xx, entre conventillos y malevos, series actuales en plataformas hiperconocidas nos cuentan historias de hombres, mujeres, jóvenes, empresarios, diplomáticos, trabajadores, que perdieron todo. Bien vestidos frente a la ruleta en la sala vip, con la mirada perdida después de días y días apretando teclas en la tragamonedas; jugando al póker con anteojos oscuros, mirando el partido mientras apuestan desde el celular, escondiéndose desesperadamente del prestamista que insiste e insiste en cobrar.

Este libro habla de las familias y los amigos de estos jugadores que ya no juegan por entretenimiento; cuenta qué ocurre en los vínculos a partir del dinero que empieza a faltar en la casa,

a partir de las horas en que no se sabe dónde están. Habla de las consecuencias sufridas no solo por el ludópata sino también por sus afectos: enfrentamientos, conflictos, mentiras, promesas, estafas, empobrecimientos, tristeza, rechazo, desesperación, negación, complicidad, juramentos, gritos, llanto, desesperanza.

Es un libro para hablar de la adicción al juego que fue gestado y nacido en la pospandemia, es decir, en años en que se visibilizan más claramente las secuelas que dejó la pandemia de covid y el encierro por confinamiento; secuelas en la salud mental, en los vínculos y en la vida en general.

Pandemia que, además, profundizó, desenmascaró, solidificó, cambios de paradigmas que ya venían en transformación. Nuevos modos de habitar el mundo y su cotidianidad, las comunicaciones, los renovados formatos de vínculos, de trabajo, de vivenciar el tiempo bajo la inmediatez de las tecnologías actuales; en fin, la era digital y, dentro de ella, los nuevos padecimientos y patologías.

Pero ¿por qué este libro ahora? Bueno, porque debemos hablar, en años de pospandemia, de otra pandemia que está ocurriendo en nuestro país, una que afecta especialmente a los jóvenes: las apuestas online.

A partir de la legalización del juego online los chicos comenzaron a apostar, especialmente en sitios ilegales. *Smartphones*, redes sociales, *influencers*, billeteras virtuales, adolescentes encerrados en las pantallas, encerrados a su vez en sus habitaciones, armaron una ecuación compleja, teñida de impulsividad, aburrimiento, sobreproducción de dopamina, trastornos de

sueño, soledad, enaltecimiento del dinero fácil e inmediato, naturalización de las apuestas, entre otros elementos.

Tanto en ciudades grandes como en ciudades pequeñas, los chicos están apostando. Y muchos de ellos, con el correr del tiempo, de las deudas, de los préstamos y las mentiras, terminan confesando a su familia, entre lágrimas y noches sin dormir, que tienen problemas con el juego.

Escenas diferentes nacen de las personas que van a jugar al casino o al bingo, y aquellas que lo hacen desde el celular. Las primeras: juego presencial; las segundas: online. Los chicos lo hacen bajo esta última modalidad porque se corresponde a lo normalizado en el mundo digital. Porque es facilísimo: un clic en el sitio de apuestas, otro clic en la billetera virtual y, cuando comienzan a enredarse, otro clic para pedir préstamos.

Si bien este libro nació de la necesidad de visibilizar esta afectación, habla acerca de la ludopatía en general, en todas las modalidades y edades. Aborda sus aristas, características, poblaciones problematizadas, causas emocionales, tratamientos.

Intenta responder preguntas como las siguientes:

¿Cuáles son los riesgos de apostar? ¿La ludopatía es una adicción comparable a las adicciones a sustancias? ¿Hay personas que juegan y no se enferman de ludopatía? ¿El ludópata nunca gana en el juego? ¿Es una patología que se transmite genéticamente?

¿Se incrementa el número de personas con ludopatía si los juegos se vuelven más accesibles? ¿Es más adictivo el juego online que el juego presencial? ¿La ludopatía digital lleva a la adicción al celular?

¿Por qué los adictos al juego mienten? ¿Qué hace la familia con los préstamos y deudas del ludópata? ¿El adicto al juego puede manejar dinero? ¿Qué es la autoexclusión?

¿Cómo son los tratamientos? ¿Por qué la familia del ludópata debe participar de la terapia? ¿Se cura? ¿Siempre tiene recaídas el jugador?

¿Qué lleva a los chicos a apostar? ¿Cómo hacen, si es prohibido para menores de 18 años? ¿Las redes sociales inciden en el crecimiento de la ludopatía en los jóvenes?

¿Qué responsabilidad tiene el ludópata, su familia, la industria del juego, el Estado? ¿Las publicidades pueden aumentar el problema del juego?

¿Cómo identifico si soy ludópata? ¿Cuáles son los indicadores para que la familia se dé cuenta de que hay un problema de adicción?

El libro se divide en cuatro partes, y la última es un anexo orientador con indicadores que aproximan a un diagnóstico, tanto para el jugador como para su familia.

En este punto es importante aclarar que el diagnóstico, la evaluación y el tratamiento siempre deben ser llevados a cabo por profesionales de la salud especializados en ludopatía. Lo que encontrarán aquí es una orientación.

Espero que este libro logre acompañar, responder, aliviar, orientar, concientizar, visibilizar la problemática de la ludopatía. Que lo logre en el propio jugador, en su familia, amigos, docentes, profesores de clubes, legisladores y representantes del Estado, empresarios del juego, profesionales de la salud, comunicadores, *influencers*.

Y espero, sobre todo, que su lectura resulte grata, clara e invitadora a reflexionar, a jugar con las palabras e ideas en un mundo en que, por estos tiempos del siglo XXI, resulta tan difícil pausar para encontrar los propios pensamientos, la propia voz.

Siglo XXI que nos confronta con el desafío de no perdernos frente a tantas pantallas y virtualidad. Nos desafía, y casi que nos apuesta a ver si logramos conservar y acariciar nuestra humanidad. Ella está hecha con ingredientes que, más o menos, todos conocemos: ternura, palabras, silencios, dolor (si no, ¿cómo aprendemos?), amor, lazos, tiempo, frustraciones, caricias, ratos de soledad y contemplación. Desafíos que guiñan un ojo a la creatividad y al deseo propio.

Siglo XXI más pospandemia, en una ecuación sobresaturada de pantallas, celulares, redes sociales, videos y fotos de personas eternamente felices que nos lleva, muy fácilmente, hacia lugares oscuros de nostalgia frente a lo perdido, o de culpa frente a lo que es ideal e imposible, pero sentido, distorsionadamente, como posible y no logrado.

Este libro habla de ludopatía, pero, además, de las apuestas a las que nos animamos, y a las que no. ¿Qué apuestas valen la pena encarar? ¿Decidimos apostar en el amor y decir “te quiero”, o la apuesta la pongo en la ruleta? ¿Decidimos apostar a elaborar el duelo por aquella pérdida que nos partió el corazón, o ponemos esa labor en manos de la tragamonedas? ¿Apostamos arriesgándonos a un proyecto laboral, a un viaje, a separarnos si ya no hay amor o a seguir intentando porque tal vez solo es una crisis, apostamos ahí o mirando fútbol de acá, de allá, y después tenis, y básquet y hasta ping pong?

No existe posibilidad de vivir sin el encuentro, desagradable encuentro, con el dolor y las pérdidas; ellas no nos convierten en perdedores sino en personas con experiencias. Y las experiencias nos sirven, si nos atrevemos a atravesarlas y hacerlas amigas, para no tropezar tantas y tantas y tantas veces con la misma piedra.

Un poquito de ficción para cerrar esta introducción. En la novela *Mujeres de ojos grandes*, de Ángeles Mastretta, hay este diálogo entre la abuela y su nieta Leonor:

Salieron del cuarto azul a punto de quitarse la ropa, bajaron al jardín como si los jalara un hechizo y volvieron tres horas después con la paz en el cuerpo y tres ramas de nísperos.

—Hemos perdido práctica —dijo la tía Leonor.

—Recupérenla, recupérenla, porque hay menos tiempo que vida —contestó la abuela con los huesos de níspero llenándole la boca.