¿Quién se vuelve adicto?
Hecho: Los problemas con el juego pueden afectar a cualquier persona, independientemente de su edad, sexo o ingresos.

Pregunta: ¿Qué grupo tiene mayor riesgo de tener problemas con el juego?

A. Sólo los hombres jóvenes
B. Sólo las personas que juegan con frecuencia
C. Personas con alta impulsividad y malestar emocional.

Señales de adicción

Hecho: El problema del juego a menudo incluye intentos fallidos y repetidos de reducir el consumo o dejar de jugar.

Pregunta: ¿Cuál de los siguientes es un signo común de adicción al juego?

A. Ganar a menudo
B. Planificar un descanso del juego
C. Mentir sobre cuánto apuestas

Hecho: El trastorno del juego está clasificado como una adicción conductual.

Pregunta: ¿Cómo se reconoce oficialmente el trastorno del juego?

A. Un problema moral
B. Un defecto de personalidad
C. Un problema de salud mental

Si sigues apostando 100 € a un solo número en la ruleta europea (pago de 35 a 1) durante suficiente tiempo, acabarás venciendo al casino y terminarás ganando.

A. VERDADERO
B. Falso

Con el tiempo, si pones 100 € en una máquina tragaperras con un retorno al jugador (RTP) del 92 %, puedes esperar terminar con unos 92 €, una pérdida promedio de aproximadamente 8 €.

A. VERDADERO
B. Falso

HECHO: Los enfoques familiares basados en la evidencia han demostrado de manera consistente mejores resultados en comparación con los tratamientos que se centran únicamente en el individuo.

Pregunta: ¿Es cierto que los enfoques familiares basados en la evidencia han demostrado de manera consistente mejores resultados en comparación con los tratamientos centrados únicamente en el individuo?

A. VERDADERO

HECHO: La adicción de una persona suele afectar a entre 5 y 10 personas más, incluyendo familiares, amigos, compañeros de trabajo y otras de su círculo social.
Esto resalta cómo la adicción no es sólo un problema personal, sino también relacional y social.

PREGUNTA: ¿Cuántas personas suelen verse afectadas por la adicción de un individuo?

A) 1–2 personas B) 3–5 personas
C) 5–10 personas

REALIDAD: Los grupos de terapia tienden a desarrollar sus propias normas y rituales con el tiempo, tanto por parte de los facilitadores como de sus miembros.

Todas las reglas del grupo son impuestas por el terapeuta y nunca provienen del propio grupo.

A. VERDADERO B. Falso

HECHO: Una consecuencia común que experimentan los cónyuges de jugadores problemáticos es el aumento de problemas de salud física, tales como insomnio, dolores de cabeza, ataques de pánico y agotamiento. Estos problemas suelen surgir debido a los altos niveles de estrés y angustia emocional provocados por la adicción al juego, lo cual puede afectar significativamente al bienestar general y la calidad de vida del cónyuge.

Pregunta: ¿Cuál de las siguientes es una consecuencia común que experimentan los cónyuges de jugadores problemáticos?

A) Aumento de problemas de salud física como insomnio y ataques de pánico B) Mejora en la vida social C) Estabilidad financiera

HECHO: El apoyo familiar durante el tratamiento puede aumentar significativamente las posibilidades de recuperación para una persona con problemas de juego, al brindar asistencia emocional, financiera y práctica, así como ayudar a crear un entorno más favorable para un cambio duradero.

Pregunta: ¿El apoyo familiar puede ayudar a aumentar las posibilidades de recuperación para una persona con problemas de juego durante el tratamiento?

HECHO: La terapia grupal es una forma de psicoterapia altamente efectiva y es al menos, igual a la psicoterapia individual en su poder de brindar beneficios significativos.

Pregunta: ¿Es cierto que la terapia grupal es una forma de psicoterapia altamente efectiva y que es al menos igual a la psicoterapia individual en su poder para proporcionar beneficios significativos?

A. VERDADERO B. Falso

HECHO: Los juegos de azar están diseñados con una ventaja incorporada para el operador. Con el tiempo, esto garantiza las ganancias de la casa, incluso si algunos jugadores ganan temporalmente.

Pregunta: ¿A qué se refiere la “ventaja de la casa”?

A) El impuesto que cobran los operadores de juegos de azar B) Las probabilidades de que un jugador gane C) La ventaja incorporada del operador de juegos de azar a lo largo del tiempo D) El número de jugadores que

REALIDAD: Las personas que juegan suelen desarrollar formas distorsionadas de pensar que las hacen seguir jugando, como creer que "deben" ganar después de muchas pérdidas o que pueden controlar resultados aleatorios.

Pregunta: ¿Cuál de las siguientes es una distorsión cognitiva clave en el juego?

A) Memoria selectiva B) Falacia del jugador C) Sesgo de optimismo D) Reversión de responsabilidad

HECHO: Según el DSM-5 (Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales), el trastorno del juego incluye síntomas conductuales como preocupación excesiva, tolerancia e incapacidad para detenerse.

Pregunta: ¿Cuál de los siguientes es un síntoma del trastorno del juego según el DSM-5?

A) Preocupación por el juego B) Obsesión por recuperar las pérdidas C) Miedo a hablar en público D) Ansiedad sólo al perder

Pregunta: Un trastorno del juego no se define por cuánto dinero se pierde. El trastorno del juego se puede diagnosticar cuando:

A) La persona pierde más de 10.000 € B) La conducta le causa un malestar o deterioro significativo C) La persona juega en línea todos los días D) La persona admite tener un problema

HECHO: El circuito de recompensa del cerebro se llena de un neurotransmisor cada vez que anticipamos o recibimos una recompensa. En las personas que juegan, este aumento es tan fuerte como el de muchas drogas adictivas, lo que refuerza el deseo de seguir jugando.

Pregunta: ¿Qué neurotransmisor es el principal responsable de ese aumento de recompensa en la adicción al juego?

A) Serotonina B) Dopamina C) Oxitocina D) Cortisol

Pregunta: ¿Qué tipo de juego conlleva un mayor riesgo de adicción debido a la velocidad y la frecuencia de las recompensas?

A) Lotería B) Máquinas tragaperras / juegos electrónicos C) Apuestas deportivas D) Torneos de póquer

HECHO: Las máquinas tragaperras están programadas para mostrar muchos resultados cercanos a la victoria; como cuando dos símbolos de jackpot se alinean y el tercero se detiene a solo una posición de distancia. Estudios de imágenes cerebrales muestran que los “casi aciertos” activan el mismo circuito de recompensa (aumento de dopamina en el estriado ventral), al engañarnos haciéndonos sentir tan cerca e impulsándonos a seguir jugando.

Pregunta: ¿Qué efecto producen principalmente los resultados cercanos a la victoria en las máquinas tragaperras?

A) Aumentan el deseo del jugador de seguir jugando.
B) Reducen la excitación emocional y calman al

Pregunta: ¿Cuál es un factor protector contra los daños causados por el juego?

A) Acceso a múltiples aplicaciones de juegos de azar B) Sólida alfabetización financiera y regulación emocional C) Rutinas diarias de apuestas D) Miedo a perderse algo (FOMO)

Pregunta: Es más probable que una persona con problemas de juego tenga un progenitor que haya experimientado problemas similares.

A) Sí, siempre es así. B) Los factores familiares juegan un papel en trastrono del juego y esa susceptibilidad puede transmitirse genéticamente o a través de la dinámica familiar. C) Sí, el juego es exclusivamente un trastorno genético. D) El juego se puede tratar sin incluir a la familia.

Pregunta: ¿Cuál de los siguientes factores contribuye más al aumento del riesgo de problemas con el juego asociado al juego on-line en comparación con el juego en establecimientos físicos?

A) Mayores posibilidades de ganar online B) Ausencia de restricciones legales sobre el juego online C) Disponibilidad constante del entorno online D) Mayor interacción social en el juego online

Pregunta: ¿Por qué es altamente peligrosa la publicidad de apuestas relacionada con el deporte?

A) Es menos efectiva que otros tipos de publicidad de juego B) Se dirige principalmente a las poblaciones de adultos mayores C) Tiene el potencial de normalizar el juego y actuar como una puerta de entrada al daño D) Es más fácil de regular que la publicidad de casinos online

Pregunta: ¿Cuál de los siguientes se considera un factor de riesgo para desarrollar o mantener un trastorno del juego?

A) Ser mayor y tener estabilidad financiera B) Vivir con una familia numerosa C) Ser un hombre joven soltero con dificultades económicas D) Tener un alto nivel educativo y un empleo estable

Pregunta: ¿Qué tipos de estrategias de afrontamiento se asocian más con una mayor gravedad del juego?

A) Estrategias orientadas a tareas B) Búsqueda de apoyo social C) Estrategias basadas en la evitación D) Estrategias de resolución de problemas

Pregunta: ¿Cuál de las siguientes acciones se considera una conducta facilitadora?

A) Animar al jugador a buscar terapia.
B) Cubrir las deudas del jugador para evitar consecuencias.
C) Asistir a grupos de apoyo para familias afectadas.

Pregunta: ¿Qué papel pueden desempeñar las familias en la recuperación de la adicción al juego?

A) No tienen influencia significativa en la recuperación de la persona.
B) Deben evitar involucrarse para reducir el estrés.
C) Pueden motivar a la persona, fomentar la responsabilidad y apoyar un entorno familiar saludable.

Pregunta: Según las investigaciones, ¿qué porcentaje de personas con problemas de juego permanecen abstinentes después de 1 año?

A) 25%

B) 8%

C) 50%

Pregunta: ¿Qué problema sistémico suele mantener vivos los problemas de juego en las familias?

A) Negación: minimizar o ignorar la gravedad de la adicción B) Permitir: proteger al jugador de afrontar las consecuencias C) Codependencia: implicarse en exceso en la vida del jugador, sintiéndose culpable por no satisfacer todas sus necesidades D) Desatención de otros miembros de la familia, especialmente niños E) Transmisión intergeneracional: transmitir traumas no resueltos y patrones adictivos a lo largo de generaciones F) Todas las anteriores

Pregunta: Perseguir las pérdidas aumenta el riesgo: cuanto se intenta recuperar lo perdido apostando más, más probabilidades se tienen de perder aún más.

A) Verdadero

B) Falso

Pregunta: El valor esperado (VE) en el juego suele ser negativo, lo que significa que, en promedio, los jugadores pierden dinero con el tiempo.

A) Verdadero

B) Falso

Pregunta: Los resultados del juego son eventos independientes: los resultados anteriores no afectan a la futuras tiradas o manos (por ejemplo, las tiradas de la ruleta son independientes).

A) Verdadero

B) Falso

Pregunta: ¿Qué es “la ilusión de control” en el juego?

A) La falsa creencia de que las acciones personales influyen en los resultados aleatorios

B) Confianza en la planificación financiera

C) La estrategia de dejar de jugar después de una victoria

Pregunta: La probabilidad de acertar un número específico en la ruleta europea es de 1 entre 37 (aproximadamente 2,7%).

A) Verdadero

B) Falso