

PROGRAMA BREVE DE PREVENCIÓN DEL JUEGO PATOLÓGICO EN EL CONTEXTO PSIQUIÁTRICO PENITENCIARIO.

Sara Ortega Álvarez (estudiante de Terapia Ocupacional en CSEU La Salle)

Hospital Psiquiátrico Penitenciario Fontcalent

INTRODUCCIÓN

El juego constituye un área del desempeño importante, fomenta el aprendizaje de habilidades y la interacción con el entorno, posibilita la socialización, aumenta la creatividad y causa placer. (1)

Con frecuencia, en la edad adulta aparecen en el juego elementos como el azar o la posibilidad de apostar, que lo hacen más atractivo. (1)

Tanto el juego como entretenimiento en sí mismo, como el juego con apuesta, pueden ser usados de forma lúdica. Sin embargo, el desarrollo de conductas desadaptativas y hábitos inadecuados de juego, asociadas sobre todo a la asunción de riesgos económicos genera conductas de juego problemáticas, lo que también se conoce como ludopatía o adicción al juego. (1)

El Hospital Psiquiátrico Penitenciario de Fontcalent atiende a usuarios con diferentes diagnósticos de trastorno mental, en cumplimiento de medidas de seguridad privativas de libertad por la comisión de algún delito. Los diagnósticos más prevalentes son de tipo psicótico, trastornos de personalidad y, en menor medida, trastorno bipolar, depresión mayor, trastornos disociativos, epilepsia... Muchos de los usuarios presentan patología dual, el trastorno mental coexiste con una adicción (drogas, alcohol, juego...)

El internamiento en instituciones de carácter penitenciario supone una desestructuración de los patrones del desempeño de la persona (hábitos, rutinas...), esto, unido a un exceso de tiempo libre, aumenta las probabilidades de que la persona desarrolle patrones de juego inadecuados, que puedan llegar a convertirse en patológicos (2) (3). Los estudios muestran una relación del 18.2% entre trastornos de personalidad y una probable adicción al juego (4); 61.1% entre ludopatía y trastornos del control de impulsos (3) y un 70% entre trastornos

asociados al consumo de sustancias en jugadores patológicos (5).

El tratamiento de la ludopatía desde el ámbito de la terapia ocupacional se basa en el uso adecuado de la ocupación de carácter lúdico como agente de salud. Desde un enfoque de prevención, se trabaja la toma de conciencia sobre el problema de juego, la modificación ambiental y relaciones sociales saludables, las habilidades de autocontrol, la adquisición de hábitos ocupacionales adaptativos y competentes y la incorporación en ocupaciones lúdicas significativas (6).

Durante mi estancia en prácticas en el Hospital Psiquiátrico de Fontcalent me ofrecieron colaborar en el desarrollo e implementación de un programa breve para la prevención de conductas de juego patológicas. La atención a la ludopatía constituye el objeto de este programa de intervención, que surge de la necesidad de disminuir la conducta activa de juego patológico durante la estancia en el centro y preparar al interno para lograr una vida alejada del juego en el momento de su libertad.

En este artículo se detallan las características de dicho programa.

DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA BREVE DE PREVENCIÓN DEL JUEGO PATOLÓGICO.

Se trata de un programa breve, con una duración de 4 sesiones, realizado durante el mes de mayo.

En el programa participan un grupo de 7 pacientes del hospital, con diversos diagnósticos de enfermedad mental, que se encuentran en una fase estable dentro del curso de la misma, no presentan deterioro cognitivo, o es muy leve, son capaces de trabajar en grupo, y tienen conductas relacionadas con la problemática a tratar (conductas recurrentes de juego, apuesta de dinero u otros objetos con valor...). La mayoría presentan también patología dual; consumo de alcohol, cocaína, marihuana...

Este programa se encuadra dentro del modelo de la ocupación humana, y también integra aspectos del marco cognitivo-conductual (7) (8).

El objetivo del programa es dotar a los participantes de la información y conocimientos necesarios sobre el juego patológico, consecuencias y factores de riesgo, estrategias de afrontamiento y alternativas de ocio saludables, logrando de este modo prevenir conductas de juego patológico, y

fomentar un ocio adecuado, durante su estancia en el centro, las salidas terapéuticas o permisos, y en su futura reintegración en la comunidad.

Las sesiones grupales tienen un carácter psicoeducativo y motivacional, se busca la sensibilización y capacitación del paciente, mediante la transmisión de información, y la exploración y resolución de ambivalencias, con el objetivo de provocar un cambio, y favorecer el desarrollo de actitudes positivas y comportamientos saludables (1) (8).

DESARROLLO DEL PROGRAMA EN EL HOSPITAL PSIQUIÁTRICO PENITENCIARIO DE FONTCALENT.

Los participantes son informados y dan su consentimiento para ser incluidos en el programa.

Se utiliza el cuestionario South Oaks (adaptación española, Echeburúa y Báez, 1993) como herramienta de valoración para detectar posibles conductas de juego patológico, y obtener información acerca de los hábitos de juego de los usuarios.

El análisis de los cuestionarios South Oaks mostró que, un 85,7% de los participantes en el programa tenían probabilidades de ser jugadores patológicos. Los juegos más practicados eran aquellos de cartas, seguidos de lotería, quinielas o primitiva, el bingo y las máquinas tragaperras. Las cantidades invertidas eran inferiores a los 6 euros diarios en un 14,28%, entre 6 y 30 euros diarios en un 28,57%, y entre 30 y 60 euros al día en el 57,14% restante.

Esta valoración se llevó a cabo durante la primera sesión del programa, junto con la presentación del mismo y sus objetivos: prevenir conductas de juego patológico y fomentar hábitos de ocio saludables.

La primera sesión consta también de una exposición, apoyada con materiales audiovisuales, para la transmisión de información acerca del concepto de ludopatía, los tipos de juegos y el perfil del jugador. La sesión finaliza con una reflexión grupal acerca de los conocimientos adquiridos y una invitación a compartir las vivencias propias relacionadas con el juego. La reflexión se conduce según el estilo de la entrevista motivacional, para facilitar la relación interpersonal. Nos permite también comprobar la disponibilidad al cambio por parte de los participantes, y ayudarles a examinar y resolver ambivalencias. (9)

Los internos que participan en el programa se muestran especialmente colaboradores durante la reflexión final. En mayor o menor medida, todos comparten sus experiencias personales o de conocidos, sus hábitos de juego, pensamientos acerca del juego con apuestas...

En la segunda sesión se enfatiza la transmisión de información y la toma de conciencia sobre el problema de juego. Se abordan aspectos como, las fases del juego, factores predisponentes, mantenedores y protectores...en forma de exposiciones informativas por parte del terapeuta. La sesión se completa con un video fórum. Se proyectan vídeos que abordan la problemática asociada al juego patológico y narran testimonios de ludópatas que cuentan su experiencia personal. Tras finalizar la proyección de los vídeos, se invita a los participantes a reflexionar de manera grupal sobre las conclusiones que pueden extraerse de los mismos y manifestar su opinión acerca del tema tratado, así como aquellos puntos de vista en los que concuerdan o difieren con la visión de la ludopatía que transmite el vídeo.

Durante la tercera sesión, se facilita que los participantes exploren y desarrollen ambivalencias en torno al hábito patológico de juego mediante un debate grupal, en el que deberán adoptar y defender diferentes argumentos a favor y en contra del juego con apuestas. En la segunda parte de la sesión se trabajan estrategias de afrontamiento basadas en la generación de alternativas y proyectos de ocio. Mediante una lluvia de ideas se genera de manera conjunta una lista de juegos que no requieran apuestas de dinero, deportes que pueden practicar en el centro y otras opciones de ocio. Se pide que identifiquen las horas o momentos del día en los que la frecuencia de juego aumenta y traten de realizar otra actividad que les resulte significativa en esa franja de tiempo, ya que, para cambiar un hábito negativo, es necesario reemplazarlo por otra actividad con la que la persona pueda comprometerse.

En la última sesión se dan a conocer a los participantes otras estrategias de afrontamiento basadas en el uso de técnicas de autocontrol, como técnicas de detección del pensamiento, distracción o control y regulación de actividades; técnicas de imaginación, como sustitución por imagen negativa, reemplazo por imagen positiva o repaso de situación mediante imagen; y técnicas de

relajación, como la relajación progresiva de Jacobson o el control de la respiración torácica (10). Las técnicas se explican de forma breve, ya que el objetivo es darles a conocer diferentes métodos de afrontamiento, para posteriormente, profundizar en la selección y práctica de los más eficaces a nivel individual.

Para evaluar el programa se diseña un cuestionario que permite recoger la impresión de los participantes acerca de las sesiones llevadas a cabo, la utilidad del programa y su nivel de satisfacción respecto al mismo.

CONCLUSIONES

En España aproximadamente 1,5 millones de personas tienen su salud afectada por conductas de juego inadecuadas (11). La población con trastornos psicopatológicos, especialmente aquella interna en un contexto penitenciario, es especialmente vulnerable.

El terapeuta ocupacional tiene un papel prioritario en la prevención de la ludopatía y la detección de disfunciones en el área ocupacional del juego y del ocio; así como en el tratamiento de ésta u otras adicciones mediante la incorporación en ocupaciones significativas, la estructuración de la rutina, la modificación ambiental, el entrenamiento en habilidades sociales y el desarrollo de hábitos ocupacionales adaptativos que proporcionen satisfacción y bienestar (6).

La eficacia del programa breve de prevención del juego patológico llevado a cabo en el Hospital Psiquiátrico de Fontcalent no ha sido determinada aún.

Sería necesario implementar programas de características similares en grupos más numerosos y diferentes centros, con un proceso de valoración estandarizado, para poder obtener resultados acerca de la eficacia de este tipo de intervención.

BIBLIOGRAFÍA

1. Domínguez AM, Pérez MP, Sicilia E, Villahoz J FR. Guía Clínica: Actuar ante el juego patológico [Internet]. 2015 [cited 2018 May 26]. Available from: https://psyciencia-jcne1wflvxc1r.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/2015/04/guia_clinica_juego_patologico.pdf
2. Larrañaga JL. Comorbilidad de trastornos mentales y adicciones. LiberAddictus [Internet]. 2006 [cited 2018 May 27]; Available from: http://sid.usal.es/idos/F8/ART11381/comorbilidad_trastornos_menales_adicciones.pdf
3. Kruegelbach N, Walker H, Chapman H, Haro G, Mateu C, Leal C. Comorbilidad de trastornos con pérdida del control de impulsos: ludopatía, adicciones y trastornos de la personalidad. Actas Españolas Psiquiatr [Internet]. 2006 [cited 2018 May 26];34(2):76–82. Available from: <https://medes.com/publication/19470>
4. R. López-Barrachina, O. Lafuente JLG-L. Del mito de Narciso a los trastornos de la personalidad en las cárceles aragonesas: Una aproximación al perfil de estos desórdenes en las personas privadas de libertad. Rev Española Sanid Penit [Internet]. 2007 [cited 2018 Jun 28];9(2):53–63. Available from: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1575-06202007000200003
5. Vega Astudillo P. Comorbilidad psiquiátrica. Patología dual. In: Evidencia y herramientas para abordar al paciente con trastornos relacionados con el alcohol [Internet]. [cited 2018 Jun 28]. Available from: https://www.sergas.es/gal/DocumentacionTecnica/docs/SaudePublica/adicciones/Curso_Alcohol/archivos/pdf/tema_4.pdf
6. Callejo J CC. La Terapia Ocupacional o cómo vivir sin adicciones - SERVICIO PAD [Internet]. Servicio PAD. Madrid Salud. 2018 [cited 2018 May 26]. Available from: <http://www.madridsalud.es/serviciopad/28404/>
7. Sánchez Rodríguez O, Polonio López B, Pellegrini Spangenberg M. Terapia ocupacional en salud mental : teoría y técnicas para la autonomía personal [Internet]. Editorial Médica Panamericana; 2013 [cited 2017 May 28]. Available from: https://www.casadellibro.com/libro-terapia-ocupacional-en-salud-mental/9788498353648/2067564?gclid=cjskdwjw6qjnbrdpoondwlsezhikaiptr8jn3wpbnbaau6g_8ojgxmoqsy3vrg-6dn5wjyil9x58ggli5fd_bwe&utm_source=google&utm_medium=cpc&utm_campaign=19438
8. Fernández-Alba A. TRATAMIENTO COGNITIVO-CONDUCTUAL DEL JUEGO PATOLÓGICO. Salud Drogas [Internet]. 2005 [cited 2018 May 27];4:79–95. Available from: <http://www.redalyc.org/pdf/839/83940205.pdf>
9. Rollnick S, Miller WR. ¿Qué es la entrevista motivacional? Rev Toxicom [Internet]. 1996 [cited 2018 May 27];6:3–7. Available from: http://www.cat-barcelona.com/uploads/rets/RET06_1.pdf
10. González Salazar ID. Estrategias cognitivo-conductuales para el manejo del craving. RET, Rev Toxicom [Internet]. 2009 [cited 2018 Jun 28];57. Available from: http://www.cat-barcelona.com/uploads/rets/Ret57_2.pdf
11. López IA. Programa de prevención orientado a evitar el Juego Patológico en Adolescentes [Internet]. 2013 [cited 2018 Jun 28]. Available from: <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Programa de prevención del juego patológico en adolescentes.->

